GIUGNO
2019

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

TUTTE RICETTE FACILI

IDEE PER L'APERITIVO

È STAGIONE DI LAMBRUSCO

TANTI INDIRIZZI A NAPOLI

SOLO 8 MINUTI

PER CUCINARE QUESTA PASTA

POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE AUT. MBPA/LO-NO/019/A.P./2019 - PERIODICO ROC – LO/MI - AUSTRIA € 9,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 8,25

Editoriale

LO SPAZIO MAGICO

Per la prima volta nella mia vita, escludendo le scuole, sono andata in campagna con un grande gruppo di persone a fare quello che gli americani chiamano team building. Eh, sì, noi della redazione abbiamo fatto la «gita scolastica» in Toscana sul Monte Pisano (dove la mia dolce metà ha una casa). In ambiente bucolico abbiamo cucinato, pensato, parlato, ideato, camminato nella natura, fatto la spesa al supermercato locale dove ci guardavano come marziani per quanto erano pieni i carrelli, raccolto fiori per le foto, girato video e... mangiato. Molto. Nella cucina delle mie vacanze sono comparse le torte di Joëlle, i cantucci di Laura, le focacce di Brendan, ognuno ha fatto il suo perché non c'è come stare insieme in un contesto diverso (e meraviglioso) per scoprire i talenti delle persone con cui lavori tutti i giorni. E poi c'era vera armonia, non c'era bisogno di darsi dei compiti perché tutti facevano qualcosa, con disinvoltura, con una risata, anche se si stava lavorando duro. Abbiamo prodotto tanti servizi, abbiamo pensato tanto a voi lettori e a cosa potremmo fare per rendere questo giornale e il brand in generale ancora più appetitosi. Ma la vera protagonista di tutto è stata la cucina, quello spazio magico che sublima i sentimenti, eleva gli spiriti, accarezza l'amicizia, accende i sorrisi. È per questo che lavoriamo con entusiasmo per *La Cucina Italiana*. E magari se vi va, lettori e lettrici, verrete in gita anche voi.
P.S. Grazie redazione, la più speciale mai incontrata, grazie a Giacomo che ha aperto la sua casa e il suo cuore a una banda di folli appassionati.

Maddalena Fossati Dondero
mfossati@lacucinaitaliana.it
instagram.com/maddafox

sommario

Il Ricettario

47

96

20

26

IN COPERTINA
Tagliatelle con pomodorini e burrata (pag. 92), ricetta di J. Néderlants, foto di R. Lettieri

FOTO AG. 123RF, G. BRETZEL, AG. GETTYIMAGES, R.LETTIERI, J.SALVI

La Scuola

Per scoprire novità e tendenze e imparare tecniche e segreti

Guide

La filosofia che ci guida dal 1929
Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA
INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA
TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA

di stagione

Frutta, verdura, pesce? Ecco cosa scegliere ora, al massimo del gusto e delle proprietà

Albicocca
Basilico
Ciliegie
Mandorle
Cetrioli
Pomodoro
Melanzana
Prezzemolo
Peperoni
Rosmarino
Prugna
Ribes
Sardine
Cozze
Totano
Gambero
Scorfano
Sgombri

FOTOGRAFATE LA LISTA
e portatela con voi quando fate la spesa: oltre a essere migliori, gli ingredienti di stagione sono anche più economici.

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana,
piazzale Cadorna 5/7, 20123 Milano,
telefono 0285611

SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola
o l'abbonamento in edizione digitale
sulla App LA CUCINA ITALIANA
disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate lo 0286808080

(Il costo della telefonata per apparecchi fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + iva senza scatto alla risposta. Da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato).

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi
de La Cucina Italiana e cercate
la vostra ricetta preferita tra le tantissime
che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/LaCucinaItaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

Si trova a Milano
in via San Nicolao 7
(angolo piazza Cadorna).
Non perdetevi i nostri corsi
di cucina e di pasticceria,
per principianti ed esperti.
E scoprite i nostri
team building culinari
dedicati alle aziende.
Vi aspettiamo!
Direttore: Giorgio Garau

scuola.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali.
Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da 90 anni la guida più autorevole
nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni
racconta le più belle case del mondo, e Traveller, viaggi straordinari accompagnati
da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa.
Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 06 - Giugno 2019 - **Anno 90°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA
Web Editor
SABINA MONTEVERGINE
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) – lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE – aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI – stieni@lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI (redazione testi web) – rangiolani@condenast.it
ALESSANDRO PIROLLO – apirollo@lacucinaitaliana.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO – cucina@lacucinaitaliana.it

Cuochi
ANDREA APREA, DAVIDE BROVELLI, MICHELE CARRETTA, MARIA ANDREA DONATI,
ANTONIO GUIDA, JOËLLE NÉDERLANTS, WALTER PEDRAZZI, MATIAS PERDOMO,
ALESSANDRO PROCOPIO, GIOVANNI ROTA, VIVIANA VARESE
Hanno collaborato
GIOVANNI ANGELUCCI, AMBRA GIOVANOLI, CHIARA GIOVONI, SARA MAGRO,
GIANMARIO MARRAS, MARINA MIGLIAVACCA, LUCIANO PIGNATARO, FABIO RONZONI, MARGO SCHACHTER,
STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), STUDIO SALARIS, VALENTINA VERCELLI
Per le immagini
AG. 123RF, AG. GETTY IMAGES, AG. ISTOCKPHOTO, AG. LA CAMERA CHIARA, AG. MERIDIANA IMMAGINI,
AG. SHUTTERSTOCK, JAMES BORT, GIACOMO BRETZEL, MAURIZIO CAMAGNA, MATTEO CARASSALE,
ALEX LAU, RICCARDO LETTIERI, DAVIDE LOVATTI, DANIELE MARI, JACOPO SALVI, MONICA VINELLA

Direttore Editoriale LUCA DINI
Digital Editorial Director JUSTINE BELLAVITA

Chief Marketing Officier FRANCESCA AIROLDI
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Advertising Manager FEDERICA METTICA
Responsabile Content Experience Unit VALENTINA DI FRANCO. **Responsabile Digital Content Unit** SILVIA CAVALLI

Moda e Oggetti Personali: MATTIA MONDANI Direttore. **Beauty:** MARCO RAVASI Direttore.
Grandi Mercati e Centri Media Print: MICHELA ERCOLINI Direttore. **Arredo:** CARLO CLERICI Direttore
Branded Content Director: RAFFAELLA BUDA. **Digital Sales:** GIOVANNI SCIBETTA Responsabile
Triveneto, Emila Romagna, Marche: LORIS VARO Area Manager
Toscana, Umbria, Lazio e Sud Italia: ANTONELLA BASILE Area Manager
Mercati Esteri: MATTIA MONDANI Direttore
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra: ANGELA NEUMANN
New York: ALESSANDRO CREMONA. **Barcellona:** SILVIA FAURÒ. **Monaco:** FILIPPO LAMI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente GIAMPAOLO GRANDI
Amministratore Delegato FEDELE USAI
Direttore Generale DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI. **Direttore Centrale Digital** MARCO FORMENTO
Direttore Circulation ALBERTO CAVARA. **Direttore Produzione** BRUNO MORONA
Direttore Risorse Umane CRISTINA LIPPI. **Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione** LUCA ROLDI
Digital Marketing MANUELA MUZZA. **Social Media** ROBERTA CIANETTI
Digital Product Director PIETRO TURI. **Head of Digital Video** RACHELE WILLIG. **Digital CTO** MARCO VIGANÒ
Enterprise CTO AURELIO FERRARI. **Digital Operations e Content Commerce Director** ROBERTO ALBANI

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700.
Bologna, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249.
Parigi/Londra, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 00331-53436975. **New York**, Spring Place 6, St Johns Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236.
Barcellona, Passeig de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08007 Barcelona tel. 0034932160161 - fax 0034933427041.
Monaco di Baviera, Cuvilliés strasse 23 - 81679 München - Deutschland - tel. 0049-1525-3345561.

Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola

a cura di SARA TIENI

notizie *di cibo*

La cocca dell'estate

Una leggenda inglese dice che sognare albicocche porta fortuna. Per altri simboleggiano la timidezza in amore. Certo non in Cina dove le donne le usavano per favorire la fertilità, e pare che avessero ragione: alcuni studi scientifici dimostrano infatti che il frutto favorisce la produzione di ormoni sessuali. Ma non finiscono qui le sue virtù. Con 3 o 4 albicocche al giorno si fa il carico di potassio, carotene, vitamina A e fibra, assumendo solo una cinquantina di calorie. E si usano anche per essere belli con una ricetta semplicissima: bollire due frutti, schiacciare la polpa e amalgamare con un cucchiaio di olio di oliva; stendere sul viso, lasciare agire per 20 minuti e sciacquare. Risultato: una pelle vellutata e rosea, proprio come la loro.

FOTO AG. ISTOCKPHOTO

Scoprire le novità della 58esima Biennale di Venezia (all'Arsenale e ai Giardini fino al 24 novembre), e intanto perdersi per calli, campielli e isole tra esposizioni e assaggi

UN CERTO GUSTO PER L'ARTE

Menu isolano

Lontani dalla pazza folla, per un pranzo tipico lagunare all'Osteria Contemporanea (sopra) o nella vigna murata che circonda il ristorante Venissa, parte dell'omonimo resort sull'Isola di Mazzorbo di proprietà di Gianluca Bisol: 10 tavoli poetici per la cucina stellata dei **cuochi Francesco Brutto e Chiara Pavan** (a destra). *venissa.it*

In mostra

Da sinistra, in senso orario, cinque opere esposte alla Biennale: *L'ultima cena* di Brigitte Niedermair (2005), al Museo di Palazzo Mocenigo; *And We Begin To Let Go* di Njideka Akunyili Crosby (2013); *Rubber Pencil Devil* di Alex Da Corte (2018); *The New Life* (2018), dell'inglese Anthea Hamilton e l'installazione performativa *Market* dell'ucraina Zhanna Kadyrova, due dei 79 artisti presenti all'Arsenale.

FOTO **M. MIONETTO, S. VETTORETTI, T. BERTI, L. VANNUCCHI**

Cene di confronto

Illy (ne parliamo nel servizio a pag. 36) è di nuovo partner della Biennale, stavolta con Guida Michelin. Insieme hanno programmato quattro cene al ristorante Le Bombarde dell'Arsenale, per mettere a confronto uno chef stellato e un artista scelto da Ralph Rugoff, curatore della 58ª edizione intitolata *May You Live in Interesting Times*. Con l'occasione, **visita a porte chiuse** dell'esposizione.

Vista canale

Cambio di scena al ristorante Antinoo's del Centurion Palace, cinque stelle affacciato sul Canal Grande (*sinahotels.com*). Il menu del nuovo chef Giancarlo Bellino punta sulla semplicità, con tre ingredienti per ricetta. Un esempio? Linguine tiepide con mazzancolle, lime e salicornia. Quello che non cambia è invece lo sfondo: si pranza sulla bella terrazza, tra lo **sfilare di gondole** e lo scorcio della Basilica della Salute di fianco. Nella foto, l'opera di Bruno Catalano appena installata nella loggia dell'hotel.

Due stelle in terrazza

Protagonista delle villeggiature al Lido dai primi del Novecento, l'hotel di lusso Excelsior ospita il pop up «Bistrot del Mare» sulla terrazza affacciata sulla spiaggia privata. In cucina, Lionello Cera, 2 stelle Michelin, propone un menu con crudi di pesce e una **piccola carta di cicchetti**, come baccalà mantecato e fegato alla veneta. Il ristorante resta aperto fino a Mostra del Cinema conclusa. *hotelexcelsiorvenezia.com*

PRONTI? VIA!

Alfa Romeo, La Cucina Italiana e un (delizioso) percorso on the road, tra cuochi e panorami. Venite con noi?

La Cucina Italiana vi porta con Alfa Romeo alla scoperta dei migliori ristoranti e produttori d'Italia con ***Strade Stellate***, percorso a tappe attraverso l'Italia, su quattro ruote. Il nostro giornale offre agli appassionati alfisti un viaggio goloso lungo la Penisola. Chef stellati, locali rinomati, scelti da noi per dare espressione alle eccellenze del nostro territorio. Come? Gli ospiti del brand Alfa Romeo saranno invitati dagli chef a scoprire i retroscena delle loro cucine e gli ingredienti selezionati quotidianamente insieme con artigiani e produttori di fiducia.

Come eravamo

GIUGNO 1969 – SULLA FEDELTÀ: «NON DITE MAI A CHI AMATE "CARO, PRIMA NON ERI COSÌ" PERCHÉ ALLORA NON AVETE CAPITO NULLA DELL'AMORE»

***CARLO IMBONATI*, LA CUCINA ITALIANA**

La mia vita con un cuoco

Cristallina e frizzante

È così Wilma Oliverio, moglie del cuoco e noto volto televisivo Alessandro Borghese. Guida con allegria e affetto famiglia e azienda, e per merenda prepara la ciambella che le ha insegnato la nonna

DI ANGELA ODONE

Cominciamo dagli orari, per tutti un gioco d'incastri. È così anche per voi?
Anno 2009: matrimonio e creazione della società AB Normal di cui sono amministratore delegato (*la società si occupa di ristorazione, licensing, produzioni televisive*, ndr). Lavoriamo fianco a fianco, e questo semplifica l'organizzazione delle nostre giornate, molto dense.
Quanto dense? Dopo la colazione con le nostre figlie Arizona e Alexandra (*7 e 3 anni*, ndr) con le palachinke, mia nonna era croata, accompagniamo le bimbe a scuola e ci buttiamo nella mischia: tre programmi in tv, il ristorante, gli eventi. Da poco abbiamo anche iniziato a collaborare con alcuni artisti: fino a fine luglio al ristorante AB - Il lusso della semplicità ci sarà una mostra di Rodolfo Viola.
A casa chi cucina? E che cosa?
Alessandro è un papà attento e metodico. Ogni settimana compila il menu per la famiglia e chi sta ai fornelli è invitato ad attenersi alle indicazioni fissate sul frigorifero, anche mia mamma, che spesso ci aiuta. Lei al massimo si concede qualche variazione aggiungendo pochi ingredienti accessori.
Qual è il vostro piatto del cuore?
Gli spaghetti con i ricci di mare: estate, vacanze, sole. Dolcezza e sapidità insieme.
E quello delle bimbe?
Adorano la ciambella della nonna Wilma. La ricetta l'avevo scritta sulla mia Smemoranda del liceo mentre lei me la dettava. Da allora la faccio sempre, solo con la sua ricetta.
C'è un piatto di Alessandro che non la convince?
Non ho paura dei sapori decisi ma non mangio la rapa rossa. Lui non si spiega come sia possibile che io apprezzi le lumache e non la barbabietola. Prova a farmela assaggiare nei suoi nuovi piatti, ma non mi piace.
Quale ingrediente non manca mai a casa?
L'olio di oliva, i pelati fatti da mia madre, il rock'n'roll. Dove c'è Borghese, c'è musica.
Che cosa c'è in frigo o in dispensa?
Verdure, frutta, acqua frizzante, che adoro, succhi di frutta, burro e acciughe.
Ospiti inattesi: cosa preparate?
Cacio e pepe a profusione.
Che cosa ha imparato da Alessandro?
A non temere la velocità.
Che cosa Alessandro ha imparato da lei?
A lavorare insieme, anche se siamo marito e moglie, a sapere accettare le critiche.
A casa, chi lava i piatti?
La lavastoviglie, irrinunciabile. Ma pentole e coltelli si lavano a mano, non si discute.

LE MILLE BOLLE NEL TÈ

Si chiama bubble tea ed è un nuovo mangia&bevi che arriva dall'Oriente. Ecco dove trovarlo e come sceglierlo

di MARGO SCHACHTER

MADE IN TAIWAN
Correva l'anno 1987. Alla Chun Shui Tang Teahouse di Taichung, per primi avevano importato dal Giappone l'uso di bere tè freddo. Secondo la leggenda fu poi una delle dipendenti a rovesciarci dentro, per scherzo, una ciotola di ***fen yuan***, un dessert di bolle di tapioca. Da allora ne hanno venduti milioni.

MEGLIO NATURALE
Tè e latte in polvere, quintali di zucchero, perle zeppe di coloranti e aromi. Nel 2011, i Boba Guys hanno portato per primi in America il bubble tea e lo hanno fatto in **versione gourmet** con tè in foglia, latte fresco, ingredienti naturali. È l'unico davvero buono.

INDIRIZZI TOP
In tutto il mondo fioriscono i franchising. A Milano (prima città ad averlo importato in Italia), **i nostri preferiti** sono Coll Bubble Tea, Frankly e Chateau Dufan. Se volete provarlo a Bologna c'è Flos, a Firenze Just Tea, per citare i migliori.

Colorato, dolce, alla moda. Il bubble tea spopola fra gli adolescenti, e per renderlo ancora più originale, da MisterTea, a Milano, si trova abbinato a una vaschetta di **frutta fresca**, multicolor o *Starlight*, a base di un fiore blu chiamato Butterfly Pea.

UNA BIBITA A POIS
La **tapioca** è un amido derivato dalla manioca con cui in Asia fanno delle piccole sfere essiccate che una volta bollite si gonfiano, assumendo una consistenza gelatinosa: sono le bolle che si aspirano con una cannuccia XL.

Variazioni sul tema

LATTE Oltre alla versione classica, ci sono quelle a base di tè al latte e i cappuccini con il caffè, con aromi alla vaniglia o al caramello. Spesso però il latte è in polvere: preferite chi lo usa fresco.
TEMPERATURE Le perle di tapioca resistono al calore, quindi il bubble tea si può bere anche d'inverno. Ma con l'estate alle porte, perché non trasformarlo in granita? Voilà la versione frozen, da sorbire con la cannuccia.
PERLE Quelle di tapioca sono nere, leggermente dolci, e dalla consistenza gommosa. Ma si possono aggiungere anche le jelly al cocco o le sferette colorate di frutta che esplodono in bocca, rilasciando un nuovo gusto.

FOTO AG. ISTOCKPHOTO

Sorelle d'Italia

La nostra rivista e Vespa celebrano il loro compleanno insieme. Un lungo viaggio tra sapori e cambiamenti epocali

Più di 160 anni in due: sì, il totale è proprio questo. I 90 anni de *La Cucina Italiana* e i 70 anni e passa di Vespa: due traguardi storici che si celebrano, fino all'8 settembre, in una caleidoscopica mostra al Museo Piaggio di Pontedera. Un'occasione per festeggiare il gemellaggio tra un mezzo capace di rivoluzionare il nostro modo di muoverci e il giornale che, attraverso un'instancabile diffusione della cultura del cibo, ha traghettato gli italiani dal 1929 ai giorni nostri attraverso la guerra, la ricostruzione, il Sessantotto e tutte le grandi tappe del Bel Paese, fino a oggi. L'approccio è agile e ronzante come quel prototipo che nelle parole di Enrico Piaggio sembrava «proprio una vespa», e anche profumato, interattivo, imprevedibile e sempre condiviso come le ricette che da quasi un secolo *La Cucina Italiana* sperimenta sui suoi fornelli prima di offrirle ai suoi lettori. Il percorso, suddiviso in sei sezioni, è divertente, curioso, «tondo» come un piatto e come una ruota: da «Signore e signorine» a «All'aria aperta», da «Italia Fuori Porta» a «Una finestra sul mondo». Testimonial d'eccezione per ciascuna area tematica è una ricetta che ha qualcosa da raccontare. Perché la Storia siamo tutti noi, e i nostri genitori, e i nostri nonni, che saltavano in sella a una Vespa per andare in gita con una copia de *La Cucina Italiana* svolazzante nel portapacchi, i panini giusti nel cestino e una gran voglia di «fare» l'Italia di ieri, di oggi e di domani. MARINA MIGLIAVACCA

Da sinistra, in senso orario, una pubblicità di Vespa degli Anni '50; La copertina de *La Cucina Italiana* dell'agosto **1939**; la locandina della mostra al Museo Piaggio di Pontedera; un nostro servizio del 1961 sul picnic.

TRONO DI COPPE

La serie tv *Game of Thrones* è finita. Levate i calici con **Angela Odone** e consolatevi con un viaggio etilico nella Napa Valley. Prima di partire, però, consultate un atlante

Che cosa faranno adesso i protagonisti del *Trono di Spade*, «la» serie tv per antonomasia? Dopo tutti questi anni di convivenza con il proprio ingombrante personaggio non deve essere facile affrontare un nuovo copione. Intanto potrebbero alleviare la loro nostalgia con un **bicchiere di vino** (che in tutti gli episodi scorre a fiumi, insieme al sangue, a differenza del cibo che raramente arriva a essere digerito per improvvisa morte del personaggio). Abbiamo immaginato che **Tyrion**, a parte il suo «Delizia del folletto», potrà brindare con un rustico vino del contadino, scegliendo tra le centinaia di etichette naturali. **Jon Snow** leverà una coppa di un nobile Barolo, **Arya** berrà un bianco altoatesino fatto con i Piwi, vitigni super resistenti che hanno bisogno di poche cure. Per **Cersei** ci vuole un rosso, potente, caldo, intrigante: un Amarone. Infine per **Daenerys** suggeriamo un bianco facile e difficile allo stesso tempo, raro, prodotto sull'Etna. E voi con cosa avete brindato dopo l'ultima puntata? Latte di gigante? *La serie è sempre disponibile su Sky On Demand e in streaming su NOW TV.* ■

Tutte per una, vino per tutte

Non è difficile trovare qualche spunto per sentirsi in sintonia con le sei protagoniste di questa pellicola targata Netflix. E non parlo solo della passione per il vino (lo apprezzano davvero?) che guida queste giovani signore alla soglia dei 50 a festeggiare un compleanno con un weekend nella Napa Valley tra vigneti e degustazioni, penso al desiderio di legami cristallini (magari non troppo morbidi) come un bicchiere di Chardonnay e saldi come un calice di Cabernet Sauvignon. Proprio perché cristallizzate nei loro stereotipi, strappano più di un sorriso. Attenzione, alla fine vi resterà un inspiegabile desiderio di paella.

RACHEL DRATCH ANA GASTEYER AMY POEHLER MAYA RUDOLPH PAULA PELL EMILY SPIVEY JASON SCHWARTZMAN TINA FEY
A NETFLIX FILM
WINE COUNTRY
FRIENDSHIP IS A TRIP
MAY 8 MAY 10 NETFLIX

Le Carte del Vino

IL GIRO DEL MONDO IN UN BICCHIERE

Se gli atlanti vi affascinano fin dalle scuole elementari, lasciatevi incantare da questo dedicato alle regioni di produzione del vino in tutto il mondo. I rigidi confini politici si perdono nelle curve dei filari di vite. Oltre la poesia, dati, numeri e storia. *A. Grant Smith Bianchi e J. Gaubert-Turpin, Le Carte del Vino, Slow Food Editore, 29 euro*

FOTO AG. 123RF

LE DÎNER DE JUDA

(La cena di Giuda)

«Quel piatto di minestra è stato la mia più grande lezione di vita». Quarant'anni dopo l'architetto Philippe Starck ricorda l'episodio che, da allora, ha guidato la sua coscienza

Designer, architetto, progettista. Tutte queste qualifiche concorrono a definire l'opera di Philippe Starck, parigino, 70 anni, uno dei professionisti contemporanei più poliedrici. Antesignano del concetto di design democratico, informa le sue opere, dagli oggetti ai mobili, agli hotel, a una fruibilità accessibile.

«Abitavo a Parigi con la mia bambina di due anni e la sua mamma in un capannone senza riscaldamento. D'inverno faceva freddissimo, d'estate caldissimo. Ero direttore artistico della maison d'édition di Pierre Cardin che incontrava un grande successo; ma non essendo un uomo d'affari, tutto quello che vendevo mi faceva perdere soldi. Una mattina, alzandomi, ho guardato in tasca e quello di cui disponevo, in tutto, era l'equivalente di mezzo euro. Cinquanta centesimi per nutrire la mia famiglia quel giorno e quello dopo e quello dopo ancora. Allora ho capito che era mio dovere fare qualcosa di orribile. C'era, non lontano da dove vivevamo, un piccolo ristorante, la Potée Auvergnate, molto francese, che era la nostra mensa abituale. Era gestito da Denise, una vecchia donna, e da suo marito, infinitamente gentili, infinitamente perbene, infinitamente onesti; così grassi che uno da solo riempiva tutta la minuscola cucina e per entrare dovevano darsi il cambio. Il piatto della casa era la *potée auvergnate*, una grossa zuppa di cavolo bianco, fagioli schiacciati e patate con qualche sfilaccio di carne, più che altro un'illusione data da una cotica di prosciutto affumicato che veniva tolta e rimessa in pentola per le minestre successive. Un piatto per grosse fami con piccoli portafogli. Io sapevo che non avrei potuto pagare quel pranzo ma siamo andati, abbiamo mangiato, e alla fine ho detto quello che mi ero preparato: «Denise, ho dimenticato i soldi, torno a pagarti domani». Ma sapevo che il giorno dopo sarei partito per gli Stati Uniti.

Là il mio lavoro è decollato: ho iniziato importanti collaborazioni, ho fondato lo Starck Club, ho cominciato a farmi un nome. Eppure, io che sono un blocco di onestà, non riuscivo a dimenticare quello che avevo fatto, ci pensavo anche di notte, e mi ripromettevo continuamente, una volta tornato a Parigi, di ripagare quelle persone gentili e fiduciose.

Un giorno, era il 1983, ho ricevuto una telefonata dal presidente della Repubblica. François Mitterrand mi chiedeva se avevo voglia di riprogettare l'arredamento degli appartamenti privati dell'Eliseo. «Certo», ho detto io. «Allora l'aspetto domattina», ha detto lui, che pensava fossi a Parigi. Ero a Dallas, ma sono saltato sul primo volo e il giorno dopo ero lì, puntuale, all'appuntamento. Uscendo dall'Eliseo mi sono detto: devo andare a saldare il mio debito. La serranda della Potée Auvergnate era abbassata, la trattoria era chiusa, e Denise era morta. Così quel conto non ha potuto essere pagato e quel piatto estremamente povero che ho mangiato quando ero estremamente povero, ancora adesso, mentre racconto, mi si ripresenta con il disagio di un tradimento non più rimediabile verso persone che mi avevano accordato la loro fiducia. Perché il ricordo delle cose belle scompare, quello delle cose brutte resta. Anche se sono molto piccole. Sembra strano ma è così. Ed è importante capirlo per decidere, poi, come comportarsi.»

FOTO JAMES BORT

È nato in una miniera di ferro (leggenda) ma è finito presto nei grandi hotel dell'Avana (storia). Dove ha fatto innamorare Ernest Hemingway ed è diventato un cult

di GIOVANNI ANGELUCCI

IL CUORE DI CUBA IN UN DAIQUIRI

Riempite uno shaker con abbondante ghiaccio. **Versatevi** lo zucchero di canna e il succo di lime. **Mescolate** con un bar spoon (cucchiaino lungo) per fare sciogliere lo zucchero. **Aggiungete** il rum (circa ½ tazzina da caffè). **Shakerate** con forza. **Versate** in una coppetta da Champagne e guarnite con una fetta di lime o una spirale di scorza.

con il rum giusto

Havana Club 3 Años
L'inconfondibile «odore» dell'Avana: banana matura, vaniglia, quercia, frutta caramellata. Questo rum è la vera essenza di Cuba. *13 euro. pernod-ricard.com*

Clairin Communal
Un rum aromatico e complesso con profumi di canna da zucchero e di pera. Il sapore fruttato chiude con note di fieno e fiori secchi. *29 euro. velier.it*

Plantation 3 Stars White
Blend dei migliori rum di tre territori caraibici con profumi di frutta tropicale, burro di arachidi e spezie dolci. *25 euro. compagniadeicaraibi.com*

4 REGOLE VERSO LA PERFEZIONE
secondo Francesca Gentile

1. **Sotto zero** Per aumentarne la bevibilità, il cocktail deve essere servito a bassissima temperatura, circa -5 °C, nella coppa ghiacciata: va tenuta in freezer prima di riempirla.
2. **Zucchero** Si tenderebbe a usare lo sciroppo, ma il *cantinero* cubano Constantino Ribalaigua Vert nel 1914 usava lo zucchero di canna bianco, che va fatto sciogliere completamente con il succo di lime.
3. **Lime** Preferibile il tipo messicano, più succoso delle altre varietà.
4. **Schegge** Ideali i cubetti di ghiaccio forati: rompendosi facilmente durante la shakerata cedono al drink micro scagliette che rendono più piacevole la bevuta.

ABBINAMENTI

Acido e secco, è l'ideale con dolci al cioccolato fondente che esalta il rum. Ma anche con aragosta o gamberi, magari marinati al lime e vaniglia, fiammeggiati con rum e racchiusi in un club sandwich.

Bio barlady, Francesca Gentile (studi di scienze politiche e di fotografia) ha seguito la sua passione e a Montecatini ha aperto il cocktail bar Funi 1898, un punto di riferimento per qualità e innovazione.

FOTO AG. 123RF, MICHELANGELO PAONE, ARCH.LCI

LE ACCIUGHE SOTT'OLIO

Le italiane più rinomate arrivano da Campania, Liguria, Sardegna e Sicilia. Tenetele sempre in dispensa: un vasetto può salvare una cena

UN' OTTIMA SOLUZIONE
Ma si dice acciuga o alice? Chiariamo subito: la prima è il pesce, la seconda il filetto lavorato. Altra distinzione: si comprano sotto sale oppure sott'olio (di oliva preferibilmente), già dissalate e pronte per l'uso. In cucina sono un passe-partout: ingrediente (nel vitello tonnato), guarnizione (sulla pizza Napoli), protagonista su pane e burro o negli spaghetti, aglio olio e acciughe.

1

ACQUA PAZZA
CETARA (SA)
Le acciughe sono pescate di notte, dalla primavera in poi. Il pesce viene subito messo sotto sale; ne nascono poi filetti sott'olio e colatura, un'essenza di acciughe da usare con il contagocce. Nel ristorante sul porto, di fianco al negozio, il mare trionfa.
acquapazza.it

2

MAREMOSSO
CASARZA LIGURE (GE)
Producono acciughe sotto sale Igp del Mar Ligure, secondo disciplinare: si pescano con la lampara dal 1° aprile al 15 ottobre, quando i pesci raggiungono la maturità (35-50 esemplari per chilo). Le conservano anche marinate e sott'olio.
maremossosrl.it

3

BALISTRERI GIROLAMO & C.
ASPRA (PA)
Dal 1947, nella frazione di Bagheria, sul golfo di Palermo, i Balistreri producono filetti di alici sott'olio, in pasta e come *garum*, un condimento di epoca romana fatto con le parti meno nobili ma più saporite del pesce. Oltre al negozio hanno anche un piccolo Museo dell'Acciuga.
balistrerigirolamo.it

4

SALIS EFISIO
SANT'ANTIOCO (CI)
Anche se Sant'Antioco, come Carloforte, è famosa per il tonno, a maggio questa piccola azienda familiare lavora anche le acciughe: prima sotto sale e poi sott'olio, per la vendita. Nel negozio si trovano anche ventresca e buzzonaglia di tonno in scatola e bottarga di muggine. *Lungomare Cristoforo Colombo 61*

5

GUSTO ITALIA
Sul sito, specializzato in gastronomia di qualità, si trovano le acciughe Don Tonino in olio extravergine di oliva, fatte a Bari, e le pregiate acciughe del Cantabrico: rosse, sode e saporite, sono considerate le migliori del mondo; qui coi marchi top: Codesa; San Filippo; Nardin e Don Bocarte.
gustoitalia.it

TESTI **SARA MAGRO**, FOTO **AG. GETTYIMAGES**

ALFONSO, BUTTA LA PASTA!

La cantautrice Levante ha cucinato per noi un piatto che profuma di Sicilia, e che ha (guarda caso) gli stessi ingredienti della bagna caôda piemontese

di ANGELA ODONE
foto RICCARDO LETTIERI
styling BEATRICE PRADA

«Che cosa ho fatto di male per meritarmi questa fame?», canta Levante nella sua canzone *Di tua bontà* (contenuta nell'album del 2017 *Nel caos di stanze stupefacenti*, Carosello Records). E lei alla fame non resiste, lo dichiara subito: «Quando mi metto ai fornelli è perché devo placarla, perché devo nutrire amorevolmente il mio corpo oppure quello delle persone che mi stanno più a cuore».

Fame, cucina e amore vanno a braccetto a casa Lagona, da sempre. Da quando la mamma le cucinava le polpette al sugo e la nonna il pane secco bagnato nell'uovo e poi fritto (entrambe le ricette sono citate nel libro *Questa è l'ultima volta che ti dimentico*, Rizzoli). Fritto, certo. «In Sicilia friggiamo anche le sedie!», dice prima di scoppiare in una risata contagiosa, di quelle schiette e cristalline a cui non si resiste.

Cantautrice siciliana con una carriera piena di successi (dal primo indimenticabile *Alfonso*, che nel 2013 risuonava in tutte le radio, al ruolo di giudice del programma *X Factor* nel 2017), trapiantata da molti anni a Torino a pochi passi dal Po, mi racconta delle ricette della sua terra, della sua passione sfrenata per l'aglio e per i filetti di acciuga sott'olio. Acquistati nel negozio sotto casa non arrivano neanche sul pianerottolo perché li mangia prima. Mentre parla si sposta ai fornelli e raddoppia la dose di acciughe previste per la ricetta. «Sai, fanno tanto bene alla voce...».

Pacata, sicura di sé, ma guidata sempre dal desiderio di fare meglio, dopo aver grattugiato il pecorino al pepe mi mostra un temperino. È il suo piccolo **amuleto**. «Tempera la tua matita», le ha detto il suo manager (che è molto di più, è un amico, una spalla, un punto saldo) quando gliel'ha regalato. Questo piccolo oggetto, pieno di forza simbolica, è sempre con lei, anche oggi, tra i bucatini e il pane croccante. Deve averlo usato parecchio negli ultimi mesi perché è appena uscito il singolo *Andrà tutto bene,* in attesa del nuovo album *Magmamemoria* (lo ascolteremo in autunno). Provo a chiederle qualche indiscrezione, qualche anteprima, ma lei muta (siciliana è). Allora le propongo un gioco: paragonare questo disco a una ricetta. Il gioco le piace, ci riflette, trattiene per un attimo il respiro, poi si illumina. «Una madeleine», esclama.

In senso proustiano o soltanto gastronomico, lo scopriremo a breve. ■

1

2

3

Pasta c'anciove e ca muddica

Impegno Facile
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

500 g bucatini o spaghetti
200 g mollica di pane raffermo
100 g filetti di acciuga sott'olio
1-2 spicchi di aglio
pecorino siciliano al pepe
finocchietto selvatico
olio extravergine di oliva
sale – pepe

1. Riducete la mollica in pezzettini e frullatela con il cutter finché non avrà una grana abbastanza fine.
2. Tostatela in padella con 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale fino a renderla croccante. Alla fine unite un ciuffo generoso di finocchietto tritato. Potete sostituire la mollica frullata con la stessa quantità di pangrattato.
Soffriggete 1-2 spicchi di aglio in un'altra padella con 3 cucchiai di olio, poi aggiungete i filetti di acciuga, riducete la fiamma e fateli sciogliere. Eliminate gli spicchi di aglio.
3. Grattugiate il pecorino fino a ottenerne 3-4 cucchiai.
Lessate la pasta in abbondante acqua bollente salata, scolatela al dente direttamente nella padella con le acciughe e saltatela per 1 minuto al massimo, in modo che il sughetto si distribuisca uniformemente; insaporite con la metà della mollica, il pecorino grattugiato e distribuite nei piatti.
Completatela con la mollica rimasta, una macinata di pepe, qualche ciuffetto di finocchietto e servite subito.

Levante e **Angela Odone** scherzano cercando di mettersi in posa.

LA PROVA DEL FUOCO

Da festa campagnola a rito piacevolmente civilizzato, la grigliata è l'invito vacanziero più entusiasmante. Con i tocchi che fanno la differenza

di FIAMMETTA FADDA

Naturalmente sapete già che il dialogo diretto col fuoco non si improvvisa. Benché, o forse proprio perché, grigliare è stato il primo gesto gastronomico dell'homo sapiens, all'uomo digitale risulta parecchio difficile. Ma non è di questo che vogliamo parlare, perché qui il divertimento sommerge ogni eventuale imperizia, aiutato dall'abilità con cui avrete apprestato lo scenario.

Gli ospiti arrivano accaldati, magari dopo aver fatto parecchia strada per raggiungervi. Accoglieteli con salviette di lino strizzate e imbevute d'acqua gelata profumata con erbe aromatiche. Menta soprattutto, ideale anche per tener lontani gli insetti (naturalmente avrete sistemato zampironi dovunque e, a portata di bagno, antipuntura di vari tipi).

Ad attenderli, un tavolo grande quanto basta per far stare a contatto di chiacchiera fitta. Però sedie comode, magari in midollino, con schienale accogliente e braccioli, perché il vero lusso è, innanzitutto, comodità. Ma senza strafare. Per i piatti l'usa e getta resta ideale, purché non in disonorevole plastica. Quelli in amido di mais, e ce ne sono di molto carini, sono totalmente riciclabili e vanno direttamente nell'umido insieme agli avanzi (valanghe di cesti per buttare sono d'obbligo). Le posate invece devono essere di metallo, con coltelli da carne affilati e NON zigrinati. Ne scomparirà qualcuno? Prendetelo come un complimento. E morte ai tovaglioli di carta. I vostri saranno di tessuto, meglio se grandi, anzi grandissimi (tra i 60 e gli 80 centimetri di lato), per un uso generoso a prova di macchie e di gesti rétro, come usarli a mo' di bavaglio.

Su un tavolo a parte, due o tre tipi di pane cotto a legna, già tagliati a fette, magnifici da scaldare sulla griglia. Tre o quattro tipi di olio (tra cui un denocciolato per le verdure e un affumicato per la carne) sono di rigore. No invece ai troppo visti sali snob (rosa dell'Himalaya, nero delle Hawaii). Offritene uno solo, di Cervia o di Trapani, ma preparato da voi (pestato al mortaio, con semi di sesamo, erbe aromatiche e bucce di limone). Infine pepe nero in una bella pepiera. Completate con una piccola selezione di olive taggiasche e pugliesi non condite; una ciotola di cucunci, i grossi frutti del cappero col codino pratico da afferrare, e una ciotola con un battuto di acciughe, prezzemolo e olio. Tutto ciò per onorare lo sposo ideale della grigliata: il grande pinzimonio di ravanelli, finocchi, carciofi, pomodorini, cuori di sedano, peperoni, toelettati in bocconi facili da prendere ed essere addentati con eleganza.

Qui si gioca anche il livello di urbanità del grigliere cui, come il trinciante ai banchetti principeschi, è affidato il compito di non trasformare il convivio in un rito primitivo. E allora: il manico delle costine è avvolto in carta stagnola, le pannocchie sono divise a metà e infilate in uno steccone; gli spiedini sono corti per non rischiare di trafiggersi, le salsicce porte su uno stecchino. Pesce? Meglio di no, per due ragioni. Uno: la cottura richiede un vero esperto; due: l'odore perdura nell'aria e non aiuta l'alito.

Passiamo al dolce? Non ancora. Perché, anche in tempi di sushi, ceviche e cucine panasiatiche, i vostri ospiti saranno delusi se gli farete mancare il primo. Portata fuori tema, è chiaro, ma Igles Corelli, uno dei virtuosi della griglia, conferma questo tratto nazional-popolare. Voi deliziate tutti offrendo, dopo il tripudio delle carni, dei rettangoli di pasta su cui avrete depositato uno strato di zucchine o melanzane alla griglia sovrastato da un cucchiaio di salsa di pomodoro. A proposito, griglia o barbecue? In ogni caso evitate di affollarvi intorno a chi dialoga col fuoco anche per non assorbire odori persistenti.

Abbondate coi drink: birre artigianali con note di zenzero e agrumi, smoky Martini, Bloody Mary creativi.

Nota finale: è vero che non bisogna sprecare, ma, per favore, niente doggy-bag. Il giorno dopo invitate gli amici che abitano vicino a voi al «pranzo degli avanzi», cioè a una colazione informale con le buone cose rimaste. Per voi è un'ulteriore fatica, è chiaro, ma fa parte dell'eleganza onorata dai tempi.

Un'immagine dal numero di luglio 1960 de *La Cucina Italiana*.

FOTO R. LETTIERI, ARCH. LCI

L'ANIMA DEL CHIANTI CLASSICO

Sviluppare il potenziale di una tenuta ricca di storia, attraverso la ricerca dell'espressione più pura dell'uva sangiovese: è questo lo spirito con cui la famiglia Cecchi ha acquistato Villa Rosa nel 2015. Dopo il lancio del Chianti Classico Gran Selezione 2015, è stata presentata durante l'ultima edizione di Vinitaly una nuova etichetta, il Chianti Classico Ribaldoni 2016. Ribaldoni è un vigneto importante, capace di restituire nel calice l'essenza del Chianti di Castellina, fatta di freschezza, immediatezza e piacevolezza. Questo rosso a base di sangiovese in purezza profuma di frutta, legno tostato e spezie e si offre all'assaggio avvolgente e sapido. A tavola, è il compagno dei grandi classici della cucina italiana, dalla pasta al ragù alle lasagne, dagli arrosti, alle ricette a base di cacciagione, fino ai formaggi stagionati.

RIBALDONI
VILLA ROSA
CHIANTI CLASSICO
DENOMINAZIONE DI ORIGINE CONTROLLATA E GARANTITA

https://villarosa.wine/

VINO BIANCO 1-0

«Le persone, le uscite con gli amici, i piatti, tutto si può ricondurre a una buona bottiglia. L'abbinamento va pensato, ma poi dà alle situazioni una prospettiva nuova e divertente». Così la pensa il giornalista sportivo **Pierluigi Pardo**

SONO UN ULTRÀ dei bianchi fermi, soprattutto quelli da vitigni autoctoni poco aromatici. Vado pazzo per il Friulano, rassicurante come certi signori anziani di classe ed eleganza senza tempo: se fosse un vino, il mio amico e maestro Bruno Pizzul, originario di Cormòns, sarebbe esattamente un Friulano.

Pierluigi Pardo è telecronista e conduttore sportivo di Mediaset. Insieme allo chef Davide Oldani, è protagonista del programma *Mangia come parli*, su Radio24.

L'ABBINAMENTO CHE MI HA FATTO URLARE «GOOOL!»

Würstel e senape con un ottimo Riesling.

Afix Riesling Jermann *jermann.it* ***30 euro***

IL TERRITORIO DEL CUORE, **il mio «Wembley» (*lo stadio inglese, mito degli appassionati di calcio,* ndr) è il Collio. Quando passo da quelle parti, faccio sempre un salto da Jermann, ma amo anche le cantine «indie» dei produttori più piccoli, come Keber, Simčič, Borgo San Daniele, Vignai da Duline, Blažič e Skok.**

Tra le mie passioni recenti ci sono il Fiorfiore di Roccafiore, un Grechetto di Todi, che ho scoperto all'ultimo Vinitaly, il Trebbiano di Emidio Pepe che mi ha fatto conoscere il mio amico Tommaso Paradiso (*frontman del gruppo musicale pop Thegiornalisti*, ndr) e il Bro' di Noelia Ricci. Tra i vitigni internazionali, impazzisco per il Sauvignon, invece sui rossi confesso di essere meno esperto. Diciamola tutta, sono un pischello alle prime armi. Cerco la grande struttura, la dolcezza e abbondante tannino. Di recente ho scoperto il Sagrantino di Lunelli che mi fa impazzire, e vado sul sicuro con il Lagrein e i grandi Amarone.

Montefalco Sagrantino Tenute Lunelli *tenutelunelli.it* ***30 euro***

Trebbiano d'Abruzzo Emidio Pepe *emidiopepe.com* ***56,50 euro***

Bianco Forlì Bro' Noelia Ricci *noeliaricci.com* ***12 euro***

«Amo il vino e sono stato nominato Cavaliere della Grappa, ma in gommone con gli amici non mancano mai il ghiaccio e una magnum di amaro da bere al tramonto, con lo sguardo rivolto verso l'isola di Palmarola»

A CURA DI **VALENTINA VERCELLI**, FOTO **AG. LA CAMERA CHIARA/STOCKFOOD, AG. SHUTTERSTOCK**

Ha il nome del suo paese di origine.
Con tutto il gusto del buon latte naturale.

www.gruyere.com

GRUYÈRE®
TZERLAND
DOP
unico della Svizzera

00% SVIZZERO
SENZA CONSERVANTI NÉ ADDITIVI
SENZA GLUTINE
NATURALMENTE PRIVO DI LATTOSIO

e la stessa cura artigianale, rispettando i severi requisiti della ricetta tradizionale.

Grazie al suo aroma raffinato e ricco di profumi, è uno spuntino stuzzicante anche con una semplice fetta di pane. È l'ingrediente fondamentale della famosa fondue e a caldo diventa un tocco speciale per primi piatti, torte salate e gratin.

SCHWEIZ SUISSE SVIZZERA SWITZERLAND

Svizzera. Naturalmente.

DOP

Formaggi dalla Svizzera.
www.formaggisvizzeri.it

REGINA DI FIORI

Romantica e passionale, come le rose che ama tanto, Anna Molinari svela le sue tavole da fiaba. Complici i nipoti. E Andrea Bocelli

di SARA TIENI, foto GIACOMO BRETZEL

«**V**orrei che questa casa fosse sempre avvolta da un'atmosfera **idilliaca**». È un intento che ha subito una conferma, quello della stilista Anna Molinari. Siamo nella sua villa di Carpi. Intorno a noi il meglio dell'Impressionismo italiano e francese. «Amo moltissimo Zandomeneghi, Monet: li ho inseguiti per le aste del mondo. E poi, peccato che non si trovi più un Modigliani».

Minuta, di un'effervescenza quasi adolescenziale, la padrona di casa, designer e fondatrice con l'amato marito (il conte Gianpaolo Tarabini Castellani, scomparso nel 2006) del marchio Blumarine, ci accoglie in uno dei variopinti salotti di casa, un palazzo cinquecentesco affacciato su una piccola piazza. In cucina, Anna si destreggia insieme all'adorato Franco, cuoco di famiglia un tempo chef dell'albergo di proprietà, che ci offre un assaggio di cheesecake e toast fragranti. «Per mia nipote Chloé, che ha tre anni, prepara dei fenomenali tortini di verdure». Anna, di una generosità tutta romagnola, ha invece apparecchiato due tavole con pezzi di famiglia e con i servizi della Blumarine Home Collection. Nella prima, più sontuosa, le protagoniste sono le rose, simbolo e feticcio creativo della stilista. A «vegliare» sulla sala un maestoso ritratto di signora di Giovanni Boldini. Accanto tutto è allestito per un classico tè delle cinque, sempre romanticissimo e monotematico con tanto di biscotti alle rose e crostata alla confettura di rose, una ricetta di famiglia. «Anche per il weekend ho i miei riti: tovaglia rosa di fiandra e un servizio di porcellane decorate con roselline, che mia sorella gemella, sposata a un danese, mi portò dalla Danimarca. Conosceva bene i miei gusti e mi assecondava».

Da chi le deriva questa ossessione?
«Da mia madre. In fatto di stile mi ha insegnato tutto. Da piccola mi ammoniva: "Non cogliere le rose, guardale soltanto. Anche loro hanno diritto di vivere". Per il mio matrimonio, con delle rose bianche, addobbò lei stessa la chiesa».

Com'è la sua tavola ideale?
«Mi piacciono i grandi classici, come i bicchieri in cristallo con il bordo dorato. Quando c'è mia figlia Rossella però mi freno un po': sostituisco i bouquet di rose con mazzolini di primule e viole, fiori più pacati. Altrimenti mi critica: "Uh! Come sei esagerata!". Io però sono così, la bellezza la devo contemplare in tutto il suo splendore».

Per chi ama apparecchiare?
«Per la famiglia. Le tavolate più →

Il tè aromatizzato alle rose da accompagnare con la crostata alla confettura di rose, tipica di Carpi.

Risotto ai petali di rose

«È una ricetta dedicata agli ospiti speciali», spiega Anna Molinari. «Si prepara come un classico risotto allo Champagne e Parmigiano. Il trucco è mantecare con un paio di manciate di petali di rosa non trattata». Sotto, il risotto servito nei piatti della collezione Queen of Roses della Blumarine Home Collection. Nella pagina accanto, la stilista nella sala da pranzo; sulla parete di fondo, un dipinto del pittore Giovanni Boldini. La teiera della collezione Broderie, l'alzatina della linea B Gold e la sedia Coco di Calligaris, personalizzata con una fantasia del marchio: è stata presentata all'ultimo Salone del Mobile di Milano e New York.

belle e gioiose sono quelle in campagna, con i nipoti che impazziscono per i cibi tradizionali. Preparo un'intera forma di Parmigiano Reggiano scavata, con al centro i grissini avvolti nel prosciutto di Parma. In una ciotola d'argento invece metto lo gnocco fritto: appena fatto, vaporoso e invitante è una meraviglia. Lo servo con delle pinze, ma tutti finiscono per prenderlo con le mani. È una festa, si brinda con il Lambrusco».

Altri momenti memorabili?

«I pranzi al mare, a Forte dei Marmi, il mio buen retiro. Purtroppo ci vado poco perché sono sempre in fabbrica (*ride*, ndr). Lì apparecchio una grande tavola di cristallo a forma di A, come Anna. La tovaglia è sempre bianca, con ramage di conchiglie e coralli. Il menu è classico, non mancano mai gli spaghetti alle vongole, una piccola caprese come entrée e, per finire, un gelato alla frutta. Ma la chicca, sa qual è?».

Mi dica.

«Il nostro vicino di casa è Andrea Bocelli. Lui e il figlio Matteo, bravissimi, si esercitano al pianoforte. Con quella musica nell'aria tutto diventa magico». ■

Un calice della linea B Gold della Blumarine Home Collection. A destra, una delle due tavole apparecchiate da Anna Molinari.

«Ogni giorno mio marito Gianpaolo mi faceva accomodare a tavola, da cavaliere. Un rito amoroso che è durato per 40 anni»

Cheesecake alle rose

«Sono golosissima e mi diverto da sempre a preparare torte», racconta Anna Molinari. Ecco la sua cheesecake, per circa 10 persone: frullate 220 g di frollini al cacao e amalgamateli con 150 g di burro fuso. Stendete l'impasto in una tortiera a cerniera. Fate riposare in frigo per 30 minuti. In una ciotola mescolate, con la frusta, 500 g di mascarpone con 50 g di zucchero a velo e i semi di un baccello di vaniglia. Montate 150 g di panna fresca con 70 g di zucchero a velo e unitela al mascarpone. Ammollate 10 g di gelatina alimentare in fogli in poca acqua fredda per 10 minuti, strizzatela. Unitela, in un pentolino, a 50 g di panna, portate a ebollizione e spegnete. Fate raffreddare e unite al resto del composto. Versate tutto nello stampo sulla base di biscotti. Fate riposare in frigo per 4 ore. Al momento di servire completate con uno strato di confettura di rose.

STYLING&SET DESIGN **ANDREA BENZI**, FLOWER&ROSES DESIGN **LORENA ATTOLINI FLORIST**

UNA GITA IN TOSCANA

Pranzo

POMODORI GRATINATI

ricette **JOËLLE NÉDERLANTS**, testi **VALENTINA VERCELLI**
foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **BEATRICE PRADA**

Qui si mangia con sobrietà. E alla pasta si preferisce il pane, per quei capolavori frugali che sono le zuppe. Di terra o di mare, da finire sempre con un filo di olio di oliva

Cena

ZUPPA DI VONGOLE

Zuppa di vongole

Impegno Facile
Tempo 45 minuti più 1 ora di ammollo

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

2 kg vongole
6 fette di pane casareccio
2 spicchi di aglio
prezzemolo tritato
salsa di pomodoro
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Immergete le vongole in acqua e sale e lasciatele in ammollo per 1 ora, quindi sciacquatele per eliminare la sabbia.
Fatele aprire in una casseruola con un coperchio, tenendola sul fuoco per 2-3 minuti; sgusciate le vongole, tenendo da parte qualche guscio tra i più belli come guarnizione, quindi filtrate l'acqua di cottura con una garza.
Rosolate 1 spicchio di aglio in una casseruola con ½ bicchiere di olio, finché non comincerà a prendere colore; eliminate l'aglio e unite le vongole, 1 cucchiaio di prezzemolo tritato, 2 cucchiai di salsa di pomodoro diluita nell'acqua di cottura delle vongole, ½ bicchiere di vino bianco, un pizzico di sale e una macinata di pepe e fate cuocere per 5-6 minuti.
Strofinate le fette di pane con 1 spicchio di aglio schiacciato, conditele con un filo di olio e infornatele a 180 °C per 6-7 minuti.
Servite la zuppa con le fette di pane abbrustolite, completando con un filo di olio e i gusci tenuti da parte.

Pomodori gratinati

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

60 g pecorino toscano
60 g pangrattato
30 g prezzemolo tritato
6 pomodori costoluti maturi
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Preparate un ripieno con lo spicchio di aglio, privato dell'anima, il prezzemolo tritato, il pangrattato, il pecorino grattugiato, un pizzico di sale e una macinata di pepe.
Tagliate a metà i pomodori, eliminate i semi, ungeteli bene e disponeteli su una teglia rivestita con carta da forno, con la parte del taglio rivolta verso l'alto.
Distribuite il ripieno nei pomodori, condite con un goccio di olio e infornateli a 180 °C in modalità ventilata per 45 minuti circa. Ottimi anche serviti a temperatura ambiente.

Merenda

ZUPPA DELL'ARIOSTO

Zuppa dell'Ariosto

Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g amarene – 150 g zucchero
12 biscotti savoiardi
cannella in polvere
alchermes

Snocciolate le amarene e cuocetele in una casseruola a fuoco dolce con lo zucchero e un pizzico di cannella, mescolando spesso, per circa 20 minuti. Fatele raffreddare.
Imbevete i savoiardi in poco alchermes e distribuiteli nei piatti; adagiatevi sopra le amarene e servite, con panna montata a piacere.
Da sapere Questa zuppa è l'evoluzione di una ricetta rustica risalente ai tempi dell'Ariosto. L'alchermes, antico liquore toscano aromatico color cremisi, si usa oggi quasi esclusivamente nei dolci tradizionali, come la zuppa inglese. Era così amato dai signori di Firenze che in Francia lo chiamavano «il liquore dei Medici».

È TEMPO DI GRIGLIA

PER BARBECUE BEN RIUSCITI SERVE SOLO UN INGREDIENTE: LA CARNE BUONA. LASCIATEVI GUIDARE DAL PERSONALE ESPERTO DI IPER LA GRANDE I PER SCEGLIERE I TAGLI MIGLIORI DA ARROSTIRE SULLE BRACI

Le belle giornate sono un richiamo irresistibile a stare all'aperto intorno al fuoco ad arrostire bistecche, salsicce e costine. Se la materia prima non è eccellente, però, si rischia di rimanere delusi da bocconi insapori e magari troppo asciutti. Meglio affidarsi a chi ha esperienza, come gli specialisti del reparto macelleria degli Ipermercati Iper La grande i, che selezionano solo i tagli delle razze migliori (il vitello olandese, i bovini piemontesi, le specie ovine ed equine ma anche i polli a marchio Patto Qualità Iper, a filiera totalmente italiana). Fra le proposte del banco macelleria ci sono hamburger, salamelle, carni frollate e specialità fresche pronte da cuocere. Qui si respira ancora la sapienza di chi lavora con passione e per questo ci si può fidare, facendosi suggerire i pezzi più adatti per il barbecue ma anche per un ottimo vitello tonnato, per l'arrosto o il roast-beef.

E se si vuole fare qualche assaggio in anteprima, negli Ipermercati Iper La grande i ci si può fermare a pranzo negli angoli «griglieria», dove i piatti vengono preparati al momento davanti agli occhi dei clienti: tagliata, bistecca di coppa, petto di pollo e perfino patatine fritte e verdure grigliate. Tutto da accompagnare con una buona birra. ***www.iper.it***

IPER La grande i

LO SCIENZIATO DEL CAFFÈ

Quello polisensoriale per i centennial e quello che si può creare con un software. Per Andrea Illy non ha confini. Basta che sia etico. Come gli hanno insegnato suo padre e una moglie che viene «da un altro pianeta»

di SARA TIENI, foto MAURIZIO CAMAGNA

«Mia moglie? È un'aliena. Davvero, non l'ho mai conosciuto un tipo così. Non a caso è nata nell'anno del cavallo che in Cina si associa a donne indomabili e quindi considerate "insposabili"». Se la ride mentre addenta una madeleine Andrea Illy e parla di Elisabetta, sua amatissima complice-consorte. È ironico e rigoroso il presidente di Illycaffè Spa, azienda fondata a Trieste dal nonno Francesco nel 1933, oggi con un fatturato da 483 milioni di euro, 1.290 dipendenti e 259 punti vendita nel mondo, di cui l'ultimo aperto a Parigi.

L'imprenditore è appena arrivato nel suo appartamento milanese, nel cuore di Brera, per questo servizio. Domina il bianco, anche nei grandi bouquet sparsi qua e là, e la luce ormai estiva lo rende quasi accecante. In tutto questo energico candore spiccano Elisabetta Lattanzio Illy, e due delle tre figlie della coppia: Andrea e Micaela. Intorno molti libri di fotografia, alcuni realizzati da Elisabetta. A completare il quadro, sul divano si accoccolano, a turno, tre femmine di labrador dal pelo scuro come il caffè della casa, il cui aroma aleggia nell'aria.

In cucina non si perde tempo. Si sfornano crostate, meringhe al caffè, che Elisabetta cuoce «a scatoloni, tanto piacciono a tutti», e profumate madeleine alla lavanda. Assisto a una sorta di raduno internazionale di famiglia visto che Andrea, la terzogenita, vive a New York, Micaela ed Elisabetta fanno base a Milano e Andrea a Trieste. Manca giusto Jacqueline, rimasta a Londra. I cagnoni di solito se ne stanno in campagna ma oggi anche loro sono in trasferta perché «sono una parte importante della famiglia». Andrea, che è anche presidente di Altagamma e presidente onorario dell'Association Scientifique Internationale pour le Café di Parigi è al centro di un matriarcato perfettamente accordato, nonostante le distanze. «Merito di mia moglie», riconosce lui, «ha spronato sempre le nostre figlie. È un tipo tosto».

Come vi siete conosciuti?
«Destino. Dopo sette anni in Svizzera per studio, decisi di tornare a Trieste. Il giorno dopo un pirata della strada mi investì mentre ero in moto: mi feci un mese di ospedale. La prima persona che incontrai appena uscito fu Elisabetta. Capii subito che era diversa, per come parlava, vestiva, pensava».

Punti in comune, con una così «diversa», ne ha?
«Certo, la passione per quello che facciamo. Per la famiglia prima di tutto. Io poi ne ho una, assoluta, per il lavoro. Elisabetta invece ha seguito, uno dopo l'altro, i progetti delle nostre case: prima quella a Trieste, poi Cortina d'Ampezzo, dove ci riuniamo tutti per Natale, progettata da zero e infine questa, importante per il suo lavoro di scrittrice, giornalista e fotografa, una specie di studio iniziato nel periodo pre Expo».

Immagino non siate molto stanziali.
«Esatto. Mia moglie, ora che le nostre figlie sono grandi, ancora di più. Ha visitato una ventina di Paesi molto critici: vuole documentare. Fa tutto con grande coraggio e filantropia. Mi manda solo le coordinate geografiche "se sparisco, sappi che ero qui", mi dice. Ormai preferisco non sapere».

Quando vi ritrovate, vedo, è una festa.
«Sì, Elisabetta e le ragazze amano molto cucinare. Un po' si improvvisa, un po' Elisabetta appunta le sue ricette su un taccuino segretissimo. Io, invece, mi godo il risultato».

Lei rappresenta la terza generazione: primi ricordi in azienda?
«A dodici anni lavavo le macchine o tagliavo l'erba per fare qualche soldo. A diciotto ho lavorato in fabbrica un'estate per comprarmi la Vespa: confezionavo tutto il giorno barattoli da 3 chili, quelli da bar».

Nessuna delle sue figlie, per ora, lavora con lei.
«Non ancora. Le abbiamo cresciute indipendenti. →

Sopra, Elisabetta Lattanzio Illy insieme con due delle figlie, Micaela e Andrea. A sinistra, alcuni dei suoi libri fotografici.

Andrea Illy con la moglie Elisabetta (in piedi) e le figlie Andrea e Micaela nel salotto della loro casa milanese.

Sono andate via da casa presto e nessuna ha scelto percorsi facili. Credo sia giusto che si facciano esperienze in altre aziende, arricchiscano il curriculum. In questo modo porteranno nuove competenze. Io stesso, confesso, avrei preferito lavorare fuori un po' di più».

Il mercato del caffè dà lavoro a 25 milioni di famiglie, una cifra impressionante.

«Sì, teniamo molto al nostro Responsible Supply Chain Process: una certificazione secondo la quale la sostenibilità è una delle prerogative indispensabili di un caffè di qualità, frutto di un processo virtuoso di cui beneficiano tutti, dai coltivatori a chi beve la tazzina. Se vogliamo migliorare la società, dobbiamo iniziare dal nostro giardino».

Lei ha una laurea in chimica: le è tornata utile?

«Sì, mi sento un po' inventore. Mio nonno ebbe l'intuizione di abbassare la temperatura dell'acqua e alzare la pressione esterna per estrarre la quintessenza del caffè: l'espresso. Io ho evoluto quell'idea con l'Iperespresso (*protetto da cinque brevetti internazionali*, ndr): un'infusione ad alta pressione che permette di estrarre più aromi, seguita da un'emulsione. Il caffè è come uno spartito, ha tante note. Non a caso abbiamo lavorato con la Triennale di Milano per abbinare colori e aromi delle miscele con le musiche di Ludovico Einaudi».

A proposito di arte: siete anche sponsor della Biennale d'Arte di Venezia e la vostra campagna Live Happilly che ha per protagonista Andrea Bocelli è un inno alla felicità.

«Sì, vorrei che il caffè del futuro fosse il simbolo delle piccole gioie quotidiane. Andrea, che è un amico, incarna benissimo questo spirito. Ho scoperto che lui è un grande appassionato di caffè e se lo prepara da solo. Così, un pomeriggio, siamo andati a casa sua con cinque diverse macchine e gliele abbiamo fatte provare. Ha deciso, per la prima volta, di prestare la sua immagine per una pubblicità».

> «I centennial, i nati dopo il '95, vogliono un caffè assolutamente non standardizzato. Per loro ho ideato il mio Iperespresso»

Nel 1999 avete inaugurato l'Università del Caffè.

«Un centro di eccellenza con l'obiettivo di migliorare e diffondere la cultura del caffè su tutta la filiera: in vent'anni abbiamo formato più di 230mila persone, e creato 27 sedi all'estero. È anche un laboratorio per il caffè del futuro. L'ultima frontiera è il sistema personal blender: si tratta di un software, per ora dedicato agli chef, con il quale si può preparare un blend sartoriale, giocando su nove componenti aromatiche».

Ha detto che da piccolo voleva fare il pilota di jet o il neurochirurgo. Ambizioso, ma che cos'hanno in comune?

«Sono due professioni dove si lavora sul filo del rasoio, sull'impercettibile opzione dell'imprevedibilità».

Li ha abbandonati quei sogni?

«La neurochirurgia sì. Il brevetto di volo l'ho preso: non piloto i jet, però, solo l'elicottero». ■

Pausa in dolcezza

Sul tavolo, una delle iconiche tazzine firmate dagli artisti per la Illy Art Collection e la moka Pulcina Rossa, disegnata da Michele De Lucchi per Alessi. I dolci sono preparati da Elisabetta Lattanzio Illy, per accompagnare tè e caffè: una crostata con marmellata di albicocche fatta in casa, una torta caprese, piccole madeleine alla lavanda e meringhe al caffè. «Una ricetta presa da *La Cucina Italiana*», spiega Elisabetta.

ricettario
di giugno

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina: eliminate la bilancia e dosate liquidi e ingredienti in polvere con tazze, bicchieri e cucchiai. Guardate la nostra tabella **a pag. 135**

testi
LAURA FORTI
VALENTINA VERCELLI
foto
RICCARDO LETTIERI
styling
BEATRICE PRADA

Vassoio, ciotoline e piatti **Livellara**

Chi c'è nella nostra cucina

GIOVANNI ROTA

Dopo gli studi alberghieri si è formato in tutti gli ambiti della ristorazione maturando un'esperienza ampia e profonda. Tecnico preciso e mente riflessiva, è professore di istituto alberghiero, maestro della nostra Scuola e ha aperto da poco un'impresa di banchettistica. È un poeta del risotto.

MARIA ANDREA DONATI

Argentina, ma italiana per origini e scelte di vita. Dopo la laurea in ingegneria si è dedicata agli studi gastronomici, scoprendo una vocazione per la pasticceria. Ha lavorato anche con Gualtiero Marchesi e oggi insegna alla Scuola de La Cucina Italiana. Stravede per l'île flottante.

MICHELE CARRETTA

Milanese, 28 anni, ha cominciato a lavorare in cucina giovanissimo. Dopo aver seguito a Londra i progetti di Heinz Beck e Tommaso Arrigoni, è tornato in Italia al fianco di Arrigoni e di Cracco. Gestisce l'Hotel Beatrice nella cittadina di Este, nel Padovano, e si sta preparando ad aprire un suo ristorante.

DAVIDE BROVELLI

Figlio d'arte, anzi bisnipote, perché la sua famiglia lavora nella ristorazione da 180 anni. Ha uno stile raffinato e gentile, e in cucina predilige gli ingredienti del Lago Maggiore, su cui si affaccia il suo ristorante, il Sole di Ranco, circondato da un giardino che adesso è un paradiso di fiori e di erbe aromatiche.

Al contadino non far sapere...

Per accompagnare un drink a base di frutta, ma anche una birra o un vino frizzante, scegliete un **grana** o un **pecorino** stagionati e una **ricotta** con le **nocciole** tostate (servitele anche intere, in ciotoline), da insaporire con un filo di miele. Aggiungete fettine di **pera** Coscia e **olive**, condite con un po' di olio extravergine, erbe e spicchietti di limone. Con tutto, schiacciatine croccanti o pane tostato.

aperitivi

Vassoio bianco, ciotola delle olive e piattino verde **Livellara**.

!

Da questo mese vi daremo nuove idee per abbinare cose buone e pronte (o quasi) per spuntini e merende da improvvisare anche all'ultimo momento.

Ricottina con nocciole

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 5 minuti
Vegetariana senza glutine

Ingredienti per 4 persone
250 g 1 ricotta di capra
30 g nocciole sgusciate

Tritate grossolanamente le nocciole e distribuitele sulla ricotta.

Carotine e asparagi con salsa di arachidi

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

Ingredienti per 4 persone
150 g arachidi tostate non salate
130 g olio di arachide
40 g ketchup
15 g salsa di soia – 8 asparagi
8 carotine – Tabasco – aceto bianco – sale – pepe
olio extravergine di oliva

Pelate gli asparagi, mondate le carotine e sbollentateli in acqua salata per 3 minuti; scolateli e adagiateli in una teglia rivestita con carta da forno, conditeli con olio e sale e infornateli a 200 °C per 15 minuti.
Frullate le arachidi con la salsa di soia, l'olio di arachide, il ketchup, 4 cucchiai di aceto, 1 cucchiaino di Tabasco, un pizzico di sale e una macinata di pepe, ottenendo una salsina.
Servitela con le verdure.

Altro che noccioline!

È la salsa di arachidi il pezzo forte per un aperitivo a base di verdure, appena scottate, come abbiamo fatto noi, ma anche crude, croccanti a bastoncini per raccogliere la crema. Squisita anche con il pane e i grissini: tenetene a portata di mano una scorta molto abbondante. Da bere? Birra chiara, naturalmente. Oppure Prosecco.

Vassoio ovale delle verdure, del limone e piattini **Livellara**; fondo di tessuto **Silva Tessuti**.

Freschezza su un classico

Prosciutto crudo, e si va sul sicuro. Sì, ma scelto con cura, al giusto punto di stagionatura. Oltre al Parma e al San Daniele, provate una rarità come il prosciutto siciliano di Suino Nero dei Nebrodi, dolcissimo, quasi fondente. Per il pane, bianco, all'olio con mollica soffice e crosta friabile. Da sgranocchiare piselli freschi e ceci abbrustoliti. E come crema da spalmare, preparate quella di piselli delle orecchiette (a pag. 50), stemperata con ricotta. Nel bicchiere, vini e spumanti rosati.

antipasti

Piatti piani azzurri dell'insalata di anguria e vassoio rettangolare della tortilla **Livellara**, fondo di tessuto **Silva Tessuti**.

Insalata di anguria e feta con pesto di olive e dragoncello

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g anguria
250 g formaggio feta
130 g olive verdi snocciolate
80 g semi misti
dragoncello
olio extravergine di oliva
sale

Mondate l'anguria, eliminando la buccia e i semi, e tagliate la polpa a spicchietti.
Tagliate la feta a pezzetti.
Frullate le olive con una manciatina di foglie di dragoncello e 4 cucchiai di olio, regolando di sale.
Mescolate gli spicchietti di anguria, i pezzetti di feta, i semi misti e qualche foglia di dragoncello spezzettata e condite con un filo di olio e un pizzico di sale.
Servite l'insalata con il pesto di olive e dragoncello.

Tortilla al rabarbaro e ciliegie

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

150 g rabarbaro
100 g panna fresca
50 g Grana Padano Dop grattugiato
8 uova – 7 ciliegie
sale – pepe

Sbattete le uova e amalgamatele con il grana grattugiato e la panna, regolando di sale e di pepe.
Trasferite la metà del composto in una teglietta rettangolare (27x11 cm, h 4 cm) rivestita con carta da forno e cuocete a 200 °C per 10 minuti.
Mondate il rabarbaro e tagliatelo a pezzi di circa 10 cm.
Tagliate a metà e snocciolate le ciliegie.
Sfornate la teglia, unite il composto di uova rimanente, distribuite sulla superficie i pezzetti di rabarbaro e le ciliegie snocciolate e infornate ancora a 200 °C per 15 minuti.

primi

Piatto fondo, piatto piano
e ciotoline **Livellara**.

Spaghettoni, cozze e pomodorini

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg cozze
350 g spaghettoni
200 g pomodorini Pachino
1 spicchio di aglio
prezzemolo – basilico
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale

Lavate i pomodorini e tagliateli in 4 spicchi.
Mondate le cozze.
Scaldate una casseruola con 2 cucchiai di olio; rosolatevi lo spicchio di aglio con la buccia per un paio di minuti, quindi eliminatelo e unite un mazzetto di prezzemolo, compresi i gambi, e i pomodorini e fate cuocere per circa 3 minuti; aggiungete le cozze, sfumate con ½ bicchiere abbondante di vino bianco, coprite la casseruola e proseguite la cottura per 5 minuti circa, finché non si saranno aperte; alla fine eliminate i gambi di prezzemolo e conservate il liquido di cottura.
Sgusciate le cozze.
Tritate qualche foglia di basilico e un ciuffetto di prezzemolo, in modo da ottenere 1 cucchiaio abbondante di trito.
Cuocete gli spaghettoni in acqua bollente salata per la metà del tempo riportato sulla confezione. Scolateli e completate la cottura nel liquido delle cozze, unendo i molluschi 2-3 minuti prima di spegnere.
Distribuite gli spaghettoni nei piatti, completate con il trito di basilico e di prezzemolo e servite.

!

Eliminate sempre le cozze rimaste chiuse dopo la cottura: è segno che non erano vive.

Sbollentate i piselli rimasti in acqua salata per un paio di minuti, scolateli e raffreddateli in acqua ghiacciata.
Portate a bollore una casseruola di acqua con un paio di rametti di rosmarino e un paio di timo, qualche foglia di menta e gli spicchi di aglio sbucciati. Spegnete la fiamma, tuffatevi i filetti di ombrina e lasciateli cuocere per 5 minuti; scolateli e sfaldateli.
Cuocete le orecchiette e conditele con la crema di piselli, i piselli sbollentati e l'ombrina. Completate con i peperoncini dolci tagliati a rondelle e con foglioline di timo. Ottima anche tiepida.

Orecchiette con crema di piselli e ombrina

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g piselli freschi sgranati
400 g orecchiette fresche
250 g filetti di ombrina spellati (o altro pesce bianco a piacere)
2 peperoncini dolci
2 spicchi di aglio – 1 scalogno
rosmarino – timo – menta
olio extravergine di oliva
sale

Mondate lo scalogno, tagliatelo a fettine e rosolatelo in 2 cucchiai di olio per un paio di minuti; unite 400 g di piselli, 500 g di acqua, un pizzico di sale e fate cuocere per 2-3 minuti dal bollore; frullate i piselli con la metà del liquido di cottura.

Risotto, scampi e ciliegie

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g riso Carnaroli
20 ciliegie – 8-12 scampi
Parmigiano Reggiano Dop grattugiato
brodo vegetale – lime
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Sgusciate gli scampi ed eliminate il budellino scuro.
Tagliate a metà le ciliegie e snocciolatele.
Tostate il riso a secco in una casseruola per un paio di minuti; sfumate con ½ bicchiere di vino bianco, lasciate insaporire per 1-2 minuti, quindi portate il riso a cottura in 12-14 minuti, bagnandolo di tanto in tanto con un mestolo di brodo vegetale.
Mantecate il riso con 4 cucchiai di parmigiano grattugiato e 1 cucchiaio di olio di oliva, mescolando per 1 minuto.
Scaldate 2 cucchiai di olio in una padella e rosolatevi gli scampi per 1 minuto, regolando di sale.
Distribuite il risotto nei piatti, adagiatevi sopra gli scampi e le ciliegie, completate con una grattugiata di scorza di lime, una macinata di pepe, foglie di melissa a piacere e servite.

Piatto verde del risotto
e piatto bianco delle
orecchiette **Livellara**,
piatto piano **Andrea
Fontebasso 1760**,
bicchieri delle orecchiette
Blumarine Home, fondo
di tessuto **Silva Tessuti**.

!

Usate le teste degli scampi per preparare il brodo per il risotto: rosolatele in un velo di olio per qualche secondo con verdure aromatiche, schiacciate tutto, salate poco, bagnate con abbondante acqua e cuocete per mezzora.

Maltagliati con salsiccia e totani

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g pasta fresca tipo maltagliati
300 g totani puliti
300 g salsiccia tipo luganega
concentrato di pomodoro
prezzemolo – limone
finocchietto in polvere
olio extravergine di oliva
burro – sale – pepe

Tritate una manciata di foglie di prezzemolo, in modo da ottenere un cucchiaio di trito.
Sciogliete 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro in 1 mestolo di acqua.
Eliminate il budello della salsiccia e sgranatela.
Tagliate i totani a rondelle.
Rosolate la salsiccia in una padella capiente con 1 cucchiaio di olio e un pizzico di finocchietto per un paio di minuti; unite i totani e cuocete ancora per 2 minuti, quindi aggiungete il pomodoro concentrato sciolto nell'acqua e proseguite la cottura ancora per 1 minuto.
Cuocete i maltagliati in abbondante acqua bollente salata, finché non saranno venuti a galla, scolateli e trasferiteli nella padella con la salsiccia e i totani; unite una noce di burro e lasciateli insaporire per 3-4 minuti. Aggiungete infine anche il prezzemolo tritato, regolate di sale e mescolate per una trentina di secondi.
Servite i maltagliati completando con una grattugiata di scorza di limone e una macinata di pepe.

Piatto azzurro dei maltagliati e piatti bianchi della tartara **Livellara**.

Tartara di baccalà su crema di datterini

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g baccalà dissalato
350 g pomodori datterini rossi
70 g cetriolo
50 g pomodori datterini gialli
20 g pane raffermo
aceto – menta
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Sbucciate il cetriolo, tagliatelo a metà per il lungo e privatelo dei semi.
Frullate 250 g di pomodori datterini rossi tagliati a pezzetti con il pane spezzettato, ½ cetriolo, 1 cucchiaio di aceto e 1 di olio e un pizzico di sale.
Spellate il baccalà e tagliatelo a pezzetti molto piccoli ottenendo una tartara (usate un coltello pesante). Conditela con un filo di olio e pepe.
Distribuite la crema di datterini nei piatti, disponete al centro la tartara di baccalà e completate con i pomodori rimasti, rossi e gialli, e con l'altra metà del cetriolo, tagliata a mezze fettine, e foglie di menta.

Gallinelle e peperoni al forno

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg 2 gallinelle eviscerate
600 g peperoni gialli
200 g cipollotti
olive verdi
capperi dissalati
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale

Sciacquate le gallinelle sotto l'acqua, accomodatele in una pirofila e ungetele con un filo di olio.
Mondate i peperoni e i cipollotti e tagliateli a strisce. Uniteli ai pesci nella pirofila e condite con un filo di olio, ½ bicchiere di vino bianco e un pizzico di sale.
Infornate a 180 °C per 20 minuti circa. Sfornate e aggiungete una decina di olive e 1 cucchiaiata di capperi. Completate a piacere con pomodori.

Sarago con mandorle profumate

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

50 g mandorle a lamelle
8 ravanelli
4 filetti di sarago squamati
2 prugne – 1 cipolla rossa
1 limone – rosmarino – timo
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale

Tagliate a strisce sottili la scorza del limone.
Lavate le prugne, snocciolatele e dividetele in 4 spicchi.
Sbucciate la cipolla, dividetela in 4 spicchi e sfaldatela.
Sminuzzate gli aghi di un rametto di rosmarino e le foglioline di un rametto di timo e mescolateli con le mandorle e la scorza di limone.
Scaldate 2 cucchiai di olio in una padella e cuocetevi i filetti di sarago dalla parte della pelle per circa 3 minuti, voltateli e cuoceteli ancora per 1 minuto. Trasferite i filetti di sarago in un piatto e cuocete nella stessa padella le mandorle con le erbe e la scorza di limone per un paio di minuti, regolando di sale, quindi distribuite il composto sui filetti di sarago.
Scaldate 2 cucchiai di olio in una

padella e rosolatevi le cipolle a fiamma viva per circa 3 minuti; unite le prugne, regolate di sale e proseguite la cottura per altri 2 minuti.
Frullate tutto con 1 mestolo di brodo vegetale ottenendo una salsa.
Lavate i ravanelli e tagliateli a metà.
Servite i filetti di sarago con le cipolle e i ravanelli, accompagnando con la salsa di prugne.

Sgombro, zucchine e maionese di macadamia

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

200 g 4 filetti di sgombro
75 g olio di semi
50 g latte
25 g noci macadamia sgusciate
4 zucchine piccole
4 fragole
maggiorana fresca
olio extravergine di oliva
sale

Frullate con il mixer a immersione il latte con le noci macadamia e qualche foglia di maggiorana. Aggiungete poi, a filo, l'olio di semi, continuando a frullare, finché non otterrete una maionese.
Mondate le zucchine e tagliatele a metà per il lungo. Con un archetto pelapatate o con un coltello molto affilato, poi, riducetele a nastri molto sottili. Tagliate le fragole a fettine.
Controllate che i filetti di sgombro siano privi di spine, poi ungeteli su entrambi i lati con un filo di olio extravergine.
Portate a bollore due dita di acqua in una pentola con un cestello (l'acqua deve rimanere al di sotto). Al bollore, adagiate i filetti nel cestello, coprite con il coperchio e cuoceteli per 2-3 minuti.
Serviteli con le zucchine e le fragole, condite con un filo di olio e sale, e completate con la maionese, foglioline di maggiorana e, a piacere, con qualche noce macadamia spezzettata.

Vassoio ovale dello sgombro e teglia della gallinella **Livellara**, piatto bianco e verde **Andrea Fontebasso 1760**, bicchiere **Blumarine Home**, fondo di tessuto del sarago **Silva Tessuti**.

verdure

Torta di pomodori

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g pomodori costoluti
3 spicchi di aglio
1 rotolo di pasta brisée
timo – basilico
Parmigiano Reggiano Dop
olio extravergine di oliva
sale in fiocchi

Lavate i pomodori, tagliateli in 6 spicchi e svuotateli dei semi; adagiateli in una teglia rivestita con carta da forno e cuoceteli a 180 °C per 15 minuti.
Ritagliate nella pasta brisée un disco (ø 20 cm), adagiatelo su una teglia rivestita con carta da forno, bucherellatelo con una forchetta e cuocetelo a 180 °C per 10 minuti.
Distribuite i pomodori sul disco di pasta, unite gli spicchi di aglio in camicia e qualche rametto di timo e infornate di nuovo a 180 °C per 15 minuti.
Sfornate la torta, conditela con un filo di olio e sale in fiocchi, completate con foglioline di basilico e scaglie di parmigiano e servite.

Padellata di fave e cicoria

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450 g fave fresche sgranate
400 g cicoria
120 g formaggio pecorino romano
olio extravergine di oliva
sale

Lavate la cicoria e spezzettatela.
Riducete il pecorino in scaglie.
Sbollentate le fave in acqua salata per un paio di minuti.
Scaldate 1 cucchiaio di olio in una padella larga e cuocetevi la cicoria per 4-5 minuti, regolando di sale.
Mescolate le fave e la cicoria, distribuitevi sopra le scaglie di pecorino e servite.

Piatto da portata delle verdure **Villa d' Este Home Tivoli**, ciotolina delle olive **Livellara**, tessuto di fondo **Silva Tessuti**.

Piatti **Livellara**, tessuti di fondo **Silva Tessuti**.

!

Provate questa insalata sostituendo le nespole e le mele con pesche noci e pere croccanti a fettine sottili, e aggiungete, se vi piace, qualche cubetto di melone o di cetriolo.

Insalata di rucola e nespole con robiola di capra

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g aceto balsamico
100 g zucchero
100 g formaggio di capra tipo robiola
60 g rucola
4 nespole – 1 mela verde
limone – burro
mandorle pelate
paprica dolce
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Mondate la rucola, eliminando i gambi più duri.
Tagliate la mela a fettine sottili in senso orizzontale, stendetele in una pirofila capiente e marinatele in ½ bicchiere di acqua acidulata con il succo di ½ limone, sale e pepe per 15 minuti.
Sciogliete una noce di burro in una padella e rosolatevi a fuoco vivo per un paio di minuti una manciata di mandorle, condite con una presa di sale e 1 cucchiaino di paprica.
Pelate le nespole e dividetele in 4 spicchi.
Scaldate la robiola in forno a 160 °C per 5 minuti.
Portate a ebollizione l'aceto balsamico con lo zucchero e fatelo ridurre per 3-4 minuti, finché non avrà una consistenza sciropposa.
Condite la rucola e le nespole con un filo di olio, un pizzico di sale e la riduzione al balsamico.
Servite l'insalata di nespole e rucola con la robiola, completando con le mandorle tostate e le fettine di mela marinate.

Fagiolini in tempura con maionese al cedro

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g fagiolini
200 g maionese
120 g farina di riso
40 g fecola di patate
1 cedro – bicarbonato
olio di arachide
sale – sale in fiocchi

Mondate i fagiolini e sbollentateli in acqua salata per 3-4 minuti; scolateli, raffreddateli in acqua ghiacciata e asciugateli su carta da cucina.
Preparate una pastella, mescolando la farina di riso, la fecola di patate, un pizzico di bicarbonato e 150 g di acqua (se dovesse risultare troppo fluida, aggiungete un po' di farina di riso).
Immergete i fagiolini nella pastella, quindi friggeteli, pochi per volta, in abbondante olio di arachide ben caldo per un paio di minuti; scolateli su carta da cucina e conditeli con sale in fiocchi.
Tagliate a listerelle la scorza del cedro, tuffatela nella pastella e friggetela nell'olio di arachide per un paio di minuti; scolatela su carta da cucina e salatela.
Mescolate la maionese con il succo del cedro e servitela con i fagiolini.

carni

Arrosto di vitello con mirtilli

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

1,5 kg lombata di vitello disossata e pulita
250 g mirtilli
2 scalogni – foglie di mirto
olio extravergine di oliva
sale – pepe in grani

Tritate finemente una manciata di foglie di mirto con 1 cucchiaino di grani di pepe e una presa di sale.
Massaggiate la lombata con questo trito, quindi legatela in due punti, in modo che mantenga la sua forma in cottura; ungetela di olio.
Mettetela in una pirofila con 2 scalogni sbucciati e tagliati a metà e infornate a 180 °C per circa 40 minuti.
Sfornate e togliete la carne dalla teglia e lasciatela riposare per 10 minuti; infine affettatela e servitela insieme con i mirtilli e il sugo di cottura. Decorate a piacere con fiori edibili.

!

Volete la certezza di una cottura perfetta? Misurate la temperatura della lombata con un termometro a sonda: dovrà essere di 60 °C al cuore.

Vassoio da portata
Livellara.

Piatto piano del filetto di maiale e piattino verde **Livellara**, piatto della fricassea **Villa d'Este Home Tivoli**.

Filetti di maiale al miele e prugne rosolate

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 30 minuti più 30 minuti di marinatura

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

600 g 6 filetti di maiale
50 g salsa di soia
50 g miele di acacia
3 prugne (1 rossa e 2 gialle)
burro
vino bianco secco

Legate i filetti di maiale con un giro di spago da cucina attorno al bordo, in modo da ottenere 6 medaglioni tondi, che mantengano la loro forma anche in cottura.
Mescolate in una ciotola la salsa di soia con il miele e immergetevi i filetti; copriteli e metteteli a marinare in frigorifero per 30 minuti.
Scolate i filetti dalla marinata (conservatela) e rosolateli in padella con 2 noci di burro spumeggiante, per circa 2 minuti per lato, poi coprite con un coperchio, abbassate il fuoco e cuocete per altri 12-15 minuti.
Tagliate a spicchi le prugne e rosolatele in un'altra padella, con una piccola noce di burro spumeggiante per 3-4 minuti.
Togliete i filetti dalla padella e lasciateli riposare coperti con un foglio di alluminio. Eliminate il burro di cottura, versate nella padella mezzo bicchiere di vino e mezzo del liquido della marinata. Cuocete per 1-2 minuti e spegnete.
Servite i filetti con le prugne e la salsa.

Fricassea di tacchino con fagiolini

Cuoco Michele Carretta
Impegno Facile
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

700 g petto di tacchino
400 g fagiolini
6 tuorli – 2 scalogni – limone
farina – brodo vegetale
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Pulite il tacchino, eliminando il grasso e le nervature, tagliatelo a bocconcini di 2-3 cm e infarinateli.
Mondate i fagiolini, cuoceteli in acqua bollente salata per 5 minuti, scolateli, raffreddateli in acqua e ghiaccio e conditeli con olio e sale.
Sbattete i tuorli con il succo di ½ limone, un bel pizzico di sale e di pepe.
Sbucciate gli scalogni, affettateli e appassiteli in una casseruola con 2 cucchiai di olio per un paio di minuti; unite i bocconcini di tacchino infarinati, sfumate con ½ bicchiere di vino, lasciate insaporire per 1-2 minuti, quindi aggiungete anche 2 bicchieri di brodo, abbassate la fiamma e cuocete per 6-7 minuti a casseruola coperta; togliete il coperchio e proseguite per altri 5-6 minuti, finché il liquido non si sarà asciugato.
Togliete la casseruola dal fuoco e unite subito i tuorli sbattuti, mescolando bene.
Servite la fricassea di tacchino con i fagiolini.

Frittata di patate gratinata

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

230 g patate novelle
75 g latte – 3 uova
burro
rosmarino
Grana Padano Dop
aceto – sale

Pelate le patate e tagliatele a fettine sottili. Sbollentatele per 2 minuti in acqua bollente salata e acidulata con 1 cucchiaio di aceto. Scolatele.
Sbattete in una ciotola le uova con il latte, una presa di sale e 1 rametto di rosmarino sfogliato e tritato finemente.
Adagiate le patate in una tortiera di ceramica (ø 19 cm) imburrata, quindi versate le uova e infornate la frittata a 150 °C con funzione statica per 45 minuti circa: cuocendo a bassa temperatura, le uova rimarranno compatte e non si gonfieranno.
Sfornate la frittata, cospargetela di grana grattugiato, aggiungete qualche fiocchetto di burro qua e là e mettetela sotto il grill per 5 minuti finché non sarà ben gratinata.

Alzata azzurra **Livellara**.

Ciambella al limone e lavanda

Cuoca Maria Andrea Donati
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 10 minuti più 30 minuti di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

190 g burro
190 g zucchero semolato
160 g farina 00
130 g zucchero a velo
70 g ricotta
50 g farina di mandorle
25 g albume
7 g lievito in polvere per dolci
3 uova – 2 limoni
fiori di lavanda secchi edibili
sale

Tagliate a pezzetti il burro, raccoglietelo in una grande ciotola e lasciatelo ammorbidire a temperatura ambiente.
Frullate metà dello zucchero semolato con 1 cucchiaio di fiori di lavanda, poi mescolate questo mix con lo zucchero semolato rimasto.
Grattugiate la scorza dei limoni sopra il burro, unite lo zucchero alla lavanda e un pizzico di sale e montate (con le fruste elettriche o nell'impastatrice). Incorporate un uovo alla volta, poi la farina di mandorle, la farina 00 setacciata, il lievito, 30 g di succo →

di limone e infine la ricotta, ben asciugata con carta da cucina.
Imburrate e infarinate uno stampo a ciambella o una tortiera (ø 20 cm) e versatevi il composto.
Infornate a 175 °C per 40 minuti circa.
Sfornate la torta, lasciatela intiepidire, sformatela e appoggiatela su una gratella finché non sarà fredda.
Mescolate lo zucchero a velo con l'albume e 1 cucchiaino di succo di limone, ottenendo una glassa. Colatela sopra il dolce e lasciatela rapprendere per 10 minuti. Se volete ricoprire il dolce interamente, triplicate le dosi della glassa.

Da sapere Incorporando la scorza di limone al burro, il dolce risulterà più profumato, poiché il grasso «imprigiona» gli aromi meglio delle farine.

Zuppetta di cioccolato bianco e frutta

Cuoca Maria Andrea Donati
Impegno Facile
Tempo 20 minuti più 2 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

400 g cioccolato bianco
400 g panna fresca
400 g frutta mista
125 g yogurt naturale intero
arancia

Tagliate a pezzetti il cioccolato e raccoglietelo in una ciotola.
Scaldate la panna con 2 scorze di arancia. Al bollore spegnete, eliminate le scorze, versate la panna sul cioccolato e mescolate finché non si sarà fuso.
Lasciate raffreddare il composto, poi mettetelo in frigorifero per 2 ore.
Mescolatelo infine con lo yogurt e servitelo con frutta fresca a piacere: noi abbiamo scelto mirtilli, fragole e frutto della passione.

Torta gelata ai lamponi

Cuoca Maria Andrea Donati
Impegno Facile
Tempo 40 minuti più 5 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

800 g lamponi
550 g panna fresca
460 g latte condensato
2 g gelatina alimentare in fogli
savoiardi morbidi

Mettete la gelatina a bagno in acqua fredda.
Scaldate 50 g di panna senza farla bollire e scioglietevi la gelatina strizzata. Lasciate intiepidire.
Frullate 500 g di lamponi e passateli al setaccio per eliminare i semi.
Montate 500 g di panna in modo che non risulti troppo soda.
Mescolate il composto di panna e gelatina con una piccola parte di passato di lamponi, quindi riunitelo al resto del passato; aggiungete il latte condensato e, per ultima, la panna montata.
Coprite il fondo di una tortiera a cerniera (ø 22 cm, h 6 cm) con i savoiardi, tagliandoli in misura per riempire tutti gli spazi. Versatevi sopra il composto, fino al bordo, e livellatelo con una spatola.
Ponete a riposare in freezer per almeno 5 ore.
Servite la torta decorando con i lamponi rimasti e altra frutta a piacere.

Piatti verdi della zuppetta
e alzata bianca
della torta **Livellara**.

Coppette in vetro **Maisons du Monde**, piattini verdi **Livellara**.

Crema di formaggio con pesche al forno

Cuoca Maria Andrea Donati
Impegno Facile
Tempo 25 minuti più 1 ora di raffreddamento

Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g formaggio fresco cremoso
165 g panna fresca
60 g latte
60 g zucchero
3 pesche
1 tuorlo
burro – miele
mandorle – timo
baccello di vaniglia

Tagliate le pesche a metà ed eliminate i noccioli. Appoggiatele su una placca coperta con carta da forno, cospargetele con qualche fiocchetto di burro, colatevi sopra un po' di miele, aggiungete qualche fogliolina di timo e infornatele a 180 °C per 10 minuti circa.
Mescolate il latte con lo zucchero e il tuorlo e scaldate il composto con ½ baccello di vaniglia aperto per il lungo; quando comincia a sobbollire, spegnete e lasciate raffreddare.
Incorporatevi quindi il formaggio e la panna.
Distribuite la crema ottenuta in 6 coppe, aggiungete le pesche e ponete a raffreddare in frigorifero per 1 ora. Servite con mandorle spezzettate.

carta degli abbinamenti

a cura di **VALENTINA VERCELLI**

13 vini e 3 birre per accompagnare i piatti del nostro ricettario

Insalata di anguria pag. 47 **Torta di pomodori** pag. 56 **Aperitivo** pag. 45

All'aperitivo e con gli antipasti con frutta e verdura bollicine leggere. Una novità è il **Rosé Brut** di **Santa Margherita**, prodotto con uve glera, malbec e chardonnay. *14 euro. santamargherita.com*

Risotto con scampi e ciliegie pag. 50

L'estate accende la voglia di vini rosati. Il **Chiaretto di Moniga Siclì 2018** di **Monte Cicogna** profuma di fiori e di agrumi e ha un gusto sapido, che bilancia la dolcezza dei crostacei. *11 euro. montecicogna.it*

Sgombro pag. 55 **Fricassea di tacchino** pag. 63

Bianco, morbido e di struttura: ecco le caratteristiche del vino per tacchino e sgombro. Lo **Chardonnay 2018** di **Bricco dei Guazzi** convince per la sua eleganza decisa. *11 euro. briccodeiguazzi.it*

Frittata di patate pag. 64

Ci vuole una birra leggera e disinvolta, come quelle in stile **pilsner**. È ottima la **Bavaria Anniversary Super Premium**, prodotta per festeggiare i tre secoli di attività del birrificio. *1,50 euro. bavaria.com*

Tortilla al rabarbaro pag. 47

Si abbina bene uno spumante di struttura, come il **Trento Rosé Extra Brut Cavaliere Nero Riserva 2011** di **Revì**, un pinot nero in purezza, pieno e fresco come solo i vini di montagna sanno essere. *32 euro. revispumanti.com*

Maltagliati con salsiccia e totani pag. 52

Un rosato del Sud ha la grinta giusta per accompagnare i piatti che uniscono i sapori di mare e quelli di terra. Ci piace il **Malvarosa 2016** di **Tenute Pacelli**, biologico, da uve magliocco e merlot. *11 euro. tenutepacelli.it*

Insalata di rucola pag. 59 **Fagiolini in tempura** pag. 59 **Aperitivo** pag. 44

Il **Prosecco** è il calice di benvenuto più amato. Quando ha la qualità del **Valdobbiadene Superiore Extra Dry Molera** di **Bisol** diventa perfetto anche durante il pasto. *15 euro. bisol.it*

Ciambella pag. 65 **Zuppetta di cioccolato** pag. 66

Scegliete un vino dolce ma non troppo, come quelli da **vendemmia tardiva**. Molto buono è il **Rupe Re** di **Cavit**, a base di cinque diverse uve, con profumi di miele, albicocche e pesche sciroppate. *19 euro. cavit.it*

Spaghettoni e cozze pag. 49 **Gallinelle** pag. 54

Un bianco morbido e minerale tiene testa ai toni acidi del pomodoro e alla dolcezza dei peperoni. Provate il **Fiorfiore 2017** di **Roccafiore**, un **Grechetto umbro** di carattere. *16 euro. roccafiorewines.com*

Tartara di baccalà pag. 53

Un piatto fresco chiama freschezza. Ecco perché funziona l'abbinamento con una birra chiara, come la **Cangrande** di **Birra Mastino**: in stile helles bavarese, profuma di erbe e miele e ha solo 4,8% di alcol. *5 euro. birramastino.it*

Arrosto di vitello pag. 60

I profumi di mirto e di mirtillo dell'arrosto sono gli stessi che si ritrovano in un **Cannonau di Sardegna**. L'**Èrema 2016** di **Siddùra** ci ha conquistato con i profumi freschi di frutta e la sua piacevolezza. *11 euro. siddura.com*

Torta gelata ai lamponi pag. 66

Un vino rosa con una torta rosa, così anche l'occhio è soddisfatto. In più, i profumi di frutti di bosco e il gusto morbido del **Franciacorta Cuvée Imperiale Max Rosé** di **Berlucchi** sono perfetti con i lamponi. *15,50 euro. berlucchi.it*

Orecchiette pag. 50 **Fave e cicoria** pag. 57

Per due piatti che richiamano la cucina pugliese, funziona il matrimonio regionale con un **Locorotondo Bianco**. Un ottimo esempio è il delicato **Antico 2018** de **I Pàstini**. *7 euro. ipastini.it*

Sarago con mandorle pag. 54

Serve un bianco scorrevole e sapido, come il **Viognier La Balena 2017**: prodotto da **Petra** in Maremma, è un vino molto fruttato, con seducenti profumi di tiglio, cedro e macchia mediterranea. *25 euro. petrawine.it*

Filetti di maiale pag. 62

Un **Nero d'Avola** giovane può essere servito fresco (15 °C), così diventa più invitante anche nei mesi estivi. Il **Disueri 2018** di **Cusumano** ha profumi intensi di prugna e frutti di bosco. *11 euro. cusumano.it*

Crema di formaggio pag. 68

Stupite i vostri ospiti servendo una **birra** con il dessert. La **Quarta Runa** di **Montegioco** è prodotta con l'aggiunta di pesche e la leggera acidità rinfresca il palato tra un cucchiaio e l'altro di crema. *18 euro. birrificio montegioco.com*

Al centro, Anna Palermo nel suo orto con un cesto di limoni e, qui sotto, in cucina con la mamma Rosina. A sinistra, piccoli sugarelli infarinati e un fiore di cappero.

L'ORO VERDE DI SALINA

Anna i capperi li conosce molto bene. Li raccoglie nei campi in una delle isole più belle del Mediterraneo e li usa nei suoi piatti, che cucina da sempre con la mamma e le sorelle

di LAURA FORTI
foto MATTEO CARASSALE

La chiamano l'orchidea di Salina: è la pianta del cappero, fiori magnifici ma, soprattutto, preziosi boccioli, i capperi. Anna Palermo, quando è stagione, da maggio ad agosto, si alza alle quattro del mattino per andare nei campi a raccoglierli, china sulle piante, finché il sole non si alza nel cielo, rendendo impossibile proseguire. «Le mani diventano scure, soprattutto la destra, che stacca i boccioli dalla pianta. Ma dopo un paio di mesi sotto sale si assapora il frutto di questa fatica: i capperi entrano in moltissimi piatti della cucina siciliana, e di quella di Salina in particolare». Anna, due figli e una nipotina, Giulia, è nata e ha sempre abitato nell'isola, con il mare di fronte e intorno vigneti, piante di limoni e di arance e un orto, che cura personalmente, insieme con il marito. «Innaffiamo, innaffiamo, innaffiamo...». Finché le verdure non finiscono nei suoi piatti, e insieme con i capperi creano sinfonie veraci di sapori e di profumi che rendono prelibata qualsiasi preparazione, dai pesci alle pastasciutte. ■

Pesci con la cipollata

«Le cipolle le abbiamo nell'orto, l'aceto lo facciamo noi. Qualche capperino si può certamente aggiungere, e il pesce qui a Salina non manca...»

Il segreto di questo piatto è la cipolla. Perciò bisogna innanzitutto procurarsi il pesce che si sposa con la cipollata e che si frigge bene. Evitiamo le trigliette, per esempio, ottime fritte ma non con la cipolla. Meglio piccoli esemplari di sugarello. Si puliscono con cura i pesci, si infarinano con la semola rimacinata di grano duro, che li lascia più croccanti, e si friggono. Poi si prepara la cipolla: si sbuccia, si affetta e si mette in pentola a soffriggere piano piano, con un filo di olio e una presa di sale. Quando è dorata, ma non troppo colorita, si aggiunge una generosa spruzzata di aceto. Quindi si mettono i pesci a insaporire in padella con la cipolla per qualche secondo, infine si servono, con la cipollata sopra. Chi vuole può completare il piatto con qualche uvetta bagnata nell'acqua e poi ben strizzata o con una manciata di pinoli.

Insalata di patate

«È il piatto principale dell'isola: quando c'è la sagra del cappero, nella prima settimana di giugno, se ne prepara in grande quantità»

È una ricetta molto semplice, ma perfetta per mettere in risalto la bontà del nostro cappero. Bisogna avere l'accortezza di dissalarli molto bene, lasciandoli a bagno anche per una giornata intera. Poi si fanno bollire le patate e si mescolano con un po' di cipolla cruda e un po' di peperoncino, se piacciono, qualche pomodorino e finocchietto. Si condisce con olio extravergine e sale, e si profuma con basilico o altre erbe. Un'altra versione di questa insalata si prepara solo con capperi, pomodorini, aglio e mentuccia. Entrambe sono buone anche con i cucunci, i frutti del cappero: durante la raccolta, lasciamo fiorire i boccioli più grossi, che poi producono i loro frutti, anch'essi da mettere sotto sale, come i capperi.

PERDERSI NELL'OASI

Le granite di arance appena colte
e lo yoga sul «tappe-timo».
I panini di grano antico e le spiagge
dove passeggiava Saffo.
Un angolo di Sicilia per rigenerarsi.
A piedi nudi e senza wi-fi

di SARA TIENI, foto MONICA VINELLA

Arrivo alla tenuta Marianeddi al tramonto. La luce è morbida ma i colori sono ancora intensi: il rosso della terra, l'azzurro di cielo e mare, il verde degli agrumeti. Sia io sia la macchina siamo un po' sballottate e avvolte da una polvere leggera, souvenir della strada sterrata che ci ha condotte fin qui.

La stanchezza, il calore e il frastuono però si dissolvono non appena scendo e ammiro il paesaggio. Ho una certezza, che è anche una speranza: è il paradiso. Lasciatemi qui.

Un recupero affettuoso

Questo agriturismo incastonato nella natura salmastra e selvaggia della Riserva naturale di **Vendicari** (*riserva-vendicari.it*), a due passi da Pachino e dai capolavori barocchi di Noto e Ragusa Ibla, ha aperto appena un anno fa, ma ha già conquistato molti ospiti internazionali, per esempio il fotografo Mario Testino, arrivato da New York per qualche giorno insieme alla sua troupe.

Capire perché non è difficile. L'unico rumore che si sente è il verso delle cicale e, in sottofondo, il suono delle onde. La tenuta, realizzata in un ex podere agricolo di fine Ottocento, è infatti vicinissima alle spiagge di Marianelli (a 700 metri), Calamosche e Tellaro (a un chilometro).

Mi accolgono le proprietarie – le sorelle Alessia e Viviana, insieme alla cognata Eva –, tre professioniste di Noto che hanno deciso con i rispettivi mariti di rilevare i caseggiati di questa antica azienda agricola, e 35 ettari di terra circostanti, coltivati in parte con agrumi, ulivi e grano antico. «È la qualità che usavano →

Uno scorcio dell'agriturismo Marianeddi, azienda agricola con B&B nella Riserva naturale di Vendicari. Nella pagina accanto, la granita preparata con le arance biologiche della tenuta.

i Romani, più alta e resistente», mi spiegano. A poco a poco, i ruderi sono stati sistemati ricavando sei camere e un ristorante.

Pacate e determinate, le proprietarie hanno messo nell'impresa molta cura e un certo pensiero laterale, considerando che Alessia ha studiato Ingegneria, Viviana è laureata in Scienze della Comunicazione ed Eva è psicologa e psicoterapeuta. Chiacchieriamo sedute su pouf ricavati da sacchi di caffè riempiti di paglia, sotto un pergolato coperto con vecchie lenzuola di lino. Tutto ha un design e un sapore naturale. Come le granite ai gelsi, all'arancia e alla mandorla che arrivano come rinfrescante benvenuto. «Le facciamo anche alla ricotta e al pistacchio», racconta Eva. «Cerchiamo sempre di usare il meglio del territorio e dell'azienda». Appassionata di **archeologia**, mi invita a fare una passeggiata sulla spiaggia prima di cena, e mi racconta che, nascosti tra i cespugli di rosmarino e mirto, ci sono i resti della città di Eloro, antica colonia ellenica dove, secondo la leggenda, avrebbe soggiornato la poetessa Saffo durante l'esilio in Sicilia. Oggi questi idilliaci arenili protetti dall'assalto di massa sono meta di pochi turisti, spesso naturisti.

Film sui muri e spremuta

Ascolto con piacere Eva, e la seguo lungo i sentieri che portano alla spiaggia: il profumo del timo selvatico e degli ultimi fiori primaverili riconnetterebbe con la natura anche il cittadino più incallito. «Questo è un luogo che si viene a cercare. Un po' fuori dalle rotte», mi fa notare. In effetti, il wi-fi prende poco, il navigatore pure, ma sembrano difetti trascurabili.

All'ora di cena ci raduniamo nel caseggiato principale che ospita cucina e ristorante. A curare il menu, preparato in gran parte con i prodotti stagionali dell'orto dell'agriturismo, è Jean Paul Kana, cuoco canadese cresciuto a Noto. «Per questa estate, ho in previsione un ciclo di cene ispirate ai cortometraggi del festival internazionale Cinema di Frontiera a Marzamemi», continua Eva. «Proietteremo i film sulla facciata del ristorante». Nel menu, si trovano richiami ai ricettari di famiglia e alla natura circostante: tortelli alle erbe spontanee con mandorle bio e scaglie di pecorino ragusano oppure una semplice tartare, in questo caso di pomodoro, con la burrata.

La pasta secca viene prodotta in zona con il grano della tenuta, e si può acquistare. Ottimo e fatto a mano anche il pane: d'altronde il grano è un tema forte dell'azienda. «Il **17 e 18 giugno** è prevista una due giorni di degustazioni dedicata alla trebbiatura, con tutti i prodotti derivati dal raccolto». Come le torte che ritrovo il mattino dopo a colazione, insieme alle brioche con il *tuppo* (alias chignon) e ai croissant, francesi sì ma farciti generosamente di crema al pistacchio, e serviti con una spremuta di arancia davvero express. Ne sorseggio una seduta a un tavolino apparecchiato in giardino. Le tovagliette in cotone naturale spruzzate di colore ricordano le tele di Jackson Pollock. In realtà, come tutti i tessuti utilizzati nell'agriturismo, sono opera dell'artigiano siciliano Eugenio Vazzano (*eugeniovazzano.it*), un passato nella moda, e ora di nuovo nella sua Melilli, richiamato alle origini.

Accanto a me sono stesi alcuni cuscini di erbe aromatiche: ancora timo, stavolta confezionato in morbidi cuscini naturali. «A me piace chiamarlo "tappe-timo"», scherza Eva. L'idea è di Aromi Sicily (*gliaromi.it*), il vivaio dell'agronomo-filosofo Enrico Russino, a Scicli. Ci si può anche accomodare sopra per fare yoga. Non che ce ne sia un gran bisogno. La pace interiore, qui, è compresa nel prezzo (*marianeddi.info*). ■

Sopra, le proprietarie di Marianeddi Viviana, Alessia ed Eva, in un campo di grano della tenuta. In alto, da sinistra, la spiaggia di Marianelli, nella Riserva naturale di Vendicari; la prima colazione in cortile; una delle sei camere dell'agriturismo. Sotto, i croissant al pistacchio del mattino.

QUESTA NON È LA SOLITA TONICA

Decisa, effervescente, piacevolmente dolce, maliziosamente acida e che non nasconde il suo retrogusto amaro. La si serve spesso in coppia con il gin, ma sta bene anche da sola. Se una donna di oggi fosse un drink sarebbe un'acqua tonica, mai scontata. Contro le mode e le convenzioni, nasce una nuova cultura di soft drink, bio, sana, naturale e un modo di bere futurista, a casa o al bar: un elogio alla bellezza e al piacere senza rinunciare al benessere di corpo e mente. Le tonica Cortese non è una sola: si può scegliere più piccante, più leggera senza zucchero (con un po' di fruttosio), o semplicemente bio, ma sempre con ingredienti di altissima qualità. Le toniche di Bevande Futuriste sono preparate solo con vero estratto di corteccia di china naturale del Sud America; botaniche naturali come citronella dalla Cina, timo dal Marocco, cardamomo nero dal Guatemala e tè verde; poco zucchero di canna grezzo; senza conservanti e coloranti.

Da giugno in vendita anche on
bevandefuturiste.it

Che forza gli spinaci!

Nel 2019 Braccio di Ferro compie 90 anni (come noi). Per fargli festa, ecco otto ricette. Compreso un hamburger che sarebbe piaciuto al suo amico Poldo Sbaffini

ricette GIOVANNI ROTA
testi VALENTINA VERCELLI
foto RICCARDO LETTIERI
styling FABIO RONZONI

Quattordicinale · N. 11 · 17 Agosto 1968 · Sped. in abbonam.
BRACCIO DI FERRO
L.100

Oliera **Maisons du Monde**, bottone e cordino del portatovagliolo **Zucchero Filato**, Milano. Tutti i fumetti di *Braccio di Ferro* **La Borsa del Fumetto**.

Polpette di patate con salsa al lime

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 50 PEZZI

- **650 g foglie di spinaci**
- **600 g patate a pasta bianca**
- **80 g pangrattato**
- **60 g farina di pistacchio**
- **2 uova**
- **1 scalogno**
- **½ lime**
- **pasta di wasabi**
- **olio di semi**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale fino e in fiocchi**

Lessate le patate intere con la buccia per circa 35 minuti; sbucciatele, schiacciatele e mescolatele con il pangrattato, 1 uovo e una presa di sale.
Tritate lo scalogno e rosolatelo in padella con 2 cucchiai di olio extravergine per un paio di minuti; unite gli spinaci spezzettati e cuoceteli per 7-8 minuti; scolateli dall'acqua di cottura, lasciateli intiepidire e mescolateli con il composto di patate, tenendone da parte 20 g.
Modellate il composto in polpettine tonde di 15 g l'una: ne otterrete una cinquantina. Passatele nella farina di pistacchio e friggetele in abbondante olio di semi ben caldo per circa 1 minuto e 30 secondi; scolatele su carta da cucina.
Preparate una salsa frullando gli spinaci tenuti da parte con 1 uovo, un pizzico di sale, il succo del ½ lime e 1 cucchiaino di pasta di wasabi, unendo a filo 130 g di olio di semi.
Insaporite le polpettine con fiocchi di sale e servitele con la salsa.

Hamburger di vitello

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 15 minuti più 2 ore di lievitazione

INGREDIENTI PER 10 PANINI

500 g polpa di vitello macinata
170 g farina Manitoba
60 g spinaci novelli
5 pomodorini
3 tuorli – 1 cuore di lattuga
semi di sesamo – senape
maggiorana – menta
zucchero – miele – burro
lievito di birra fresco – latte
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER I PANINI
Sbollentate 40 g di foglie di spinaci in acqua salata per circa 3 minuti; raffreddateli in acqua ghiacciata, strizzateli e frullateli con 60 g di latte.
Mescolate la farina Manitoba con 15 g di zucchero, 1 cucchiaio di miele e 10 g di lievito; unite poi il frullato di spinaci, 35 g di burro morbido, i tuorli e 1 cucchiaino di sale, continuando a impastare, finché non otterrete un composto liscio. Modellatelo a palla, trasferitelo in una ciotola, coprite con pellicola e lasciatelo riposare per 15 minuti.
Infarinate il piano di lavoro e dividete l'impasto in 10 palline da 30-35 g l'una.
Disponetele in una teglia rivestita con carta da forno, ben distanziate l'una dall'altra; lasciatele lievitare per un paio di ore, quindi schiacciatele leggermente, spennellatene la superficie con poco latte, cospargetele con semi di sesamo e infornatele a 180 °C per 20 minuti circa.
PER IL RIPIENO
Tritate gli spinaci rimasti, sminuzzate 4-5 foglie di menta e le foglie di un rametto di maggiorana.
Mescolate la polpa di vitello macinata con 2 cucchiai di olio, una presa di sale, una macinata di pepe, le foglie sminuzzate di menta e di maggiorana e gli spinaci tritati.
Formate 10 hamburger (ø 6 cm) di circa 50 g l'uno. Cuoceteli in una padella con 2 cucchiaiate di olio per un paio di minuti, quindi voltateli e cuoceteli ancora per 2 minuti.
Preparate un condimento, mescolando 15 g di olio e 1 cucchiaio di senape.
Sfogliate il cuore di lattuga e tagliate a fettine i pomodorini.
Tagliate i panini a metà, farciteli con 1 hamburger di vitello, qualche foglia di lattuga, 2-3 fette di pomodorini e 1 cucchiaino di condimento alla senape.

Piatto delle crespelle **Coin Casa**, fondo di tessuto **Zucchero Filato**, Milano. Tagliere degli hamburger **Maisons du Monde**.

Crespelle alla ricotta e pomodorini secchi

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450 g ricotta – 250 g latte
250 g panna fresca – 125 g farina
100 g spinaci mondati
50 g pomodorini ciliegia secchi
30 g Grana Padano Dop grattugiato
2 uova – burro – sale

Preparate una pastella: mescolate il latte e la farina con una frusta, quindi amalgamatevi le uova e un pizzico di sale.
Lessate gli spinaci in acqua salata, strizzateli bene e frullateli con la pastella.
Fondete una noce di burro in una padella (ø 15-16 cm); versate il burro fuso nella pastella e mescolate.
Preparate le crespelle, versando nella padella unta 1 mestolino di composto; fate cuocere per 1 minuto circa finché i bordi non cominceranno ad arricciarsi; voltate quindi la crespella e proseguite la cottura per altri 30-40 secondi.
Ripetete l'operazione finché non finirete il composto: otterrete circa 12 crespelle.
Mescolate la ricotta con il grana grattugiato e 30 g di pomodorini sminuzzati, ottenendo la farcia delle crespelle.
Spalmate 1 cucchiaio di farcia al centro di ogni crespella; chiudetela, ripiegando prima i bordi verso l'interno, quindi arrotolandola per formare un cannellone.
Addensate la panna facendola bollire in una padella per 6-7 minuti.
Disponete le crespelle nei piatti, conditele con la panna e completate con i pomodorini secchi rimasti.

L'ingrediente

Tessuto **Zucchero Filato**, Milano. Piatto arancione dei fusillli al pesto e piatto giallo degli spinaci in padella **Coin Casa**.

Muffin con spuma di robiola

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

300 g robiola
300 g spinaci novelli mondati
200 g latte – 150 g farina
2 uova
lievito in polvere per torte salate
olio extravergine di oliva
burro – sale – pepe

Sbattete le uova e amalgamatele con 200 g di robiola, 20 g di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Mescolatevi, quindi, il latte, la farina e 1 cucchiaino di lievito.
Saltate gli spinaci con un filo di olio per 2-3 minuti; tenetene da parte 100 g, tritate gli altri e mescolateli al composto.
Imburrate 13-14 stampini per muffin, spolverizzate il fondo con poca farina e distribuitevi il composto.
Infornate a 180 °C per 25 minuti circa.
Lavorate 100 g di robiola con un pizzico di sale e una macinata di pepe, finché non avrà una consistenza cremosa, quindi trasferitela in una tasca da pasticciere con la bocchetta dentellata.
Sformate i muffin, lasciateli intiepidire, guarniteli con la spuma di robiola, completate con gli spinacini saltati e servite.

FUMETTI E SCATOLETTE

Popeye, Braccio di Ferro per noi, è una creazione dell'americano Elzie Crisler Segar. Apparso per la prima volta in striscia il 19 gennaio del 1929, nel 1933 divenne un cortometraggio. Il successo del personaggio e del suo cibo iconico fu tale che fece la fortuna di molte aziende produttrici di spinaci, alcune delle quali gli dedicarono addirittura un monumento.

PESTO

Frullate 200 g di spinaci novelli con 70 g di olio extravergine di oliva, 1 pezzetto di aglio a piacere e 50 g di ghiaccio, quindi mescolate al frullato 50 g di formaggio parmigiano grattugiato. Dosi per condire 4 porzioni di pasta.

OLIO VERDE

Sbollentate in acqua salata 100 g di spinaci novelli per un paio di minuti; scolateli, raffreddateli in acqua e ghiaccio, strizzateli e frullateli con 100 g di olio di semi e un pizzico di sale. Setacciate il frullato, ottenendo un olio verde. Utilizzatelo per condire un piatto di mozzarella con insalata di spinaci, pinoli tostati e uvetta.

IN PADELLA, CON LE RADICI

Pelate 8 carotine novelle, lasciando parte del ciuffo; mondate 8 cuori di spinaci, senza eliminare le radici. Sbollentate le verdure in acqua salata per 3 minuti; scolatele e raffreddatele in acqua e ghiaccio. Dividete le carote a metà per il lungo e rosolatele in una padella con una noce di burro dalla parte del taglio per 2 minuti. Tostate 30 g di mandorle a lamelle a fuoco dolce per 3-4 minuti, finché non cominceranno a dorarsi. Tagliate a listerelle la scorza di ½ arancia. Regolate di sale e servite i cuori di spinaci e le carotine, le mandorle e la scorza di arancia.

FRULLATI CON MELE, SEDANO E ZENZERO

Sbucciate e grattugiate 30 g di zenzero fresco; frullatelo con 120 g di gambi di sedano, 1 mela verde pelata e 100 g di spinaci mondati. Unite 100 g di acqua e frullate ancora. Dosi per 2.

LA RISCOPERTA DEL LAMBRUSCO

Dai colli di Reggio alle campagne di Modena, sulle tracce dello «Champagne della via Emilia». Che sta vivendo la sua seconda rivoluzione, tutta puntata sulla qualità

di CHIARA GIOVONI

Dimenticate tutto quello che credete di sapere sul Lambrusco. Tutto, tranne la frase che Luciano Ligabue canta nella sua hit *Lambrusco & Pop-corn* del 1991, in cui dice «vieni qua, c'è un bicchiere di vigna». Perché questa è l'essenza del Lambrusco o, per meglio dire, dei Lambruschi, visto che sono ben otto le Doc che compongono il mosaico di vitigni racchiusi nel territorio compreso tra le province di Modena, Reggio Emilia e Parma, cui si aggiunge la lombarda Mantova. Mai come oggi il Lambrusco rappresenta le radici dell'italianità, e non solo per il primato costante in cima alle preferenze degli italiani tra gli scaffali dei supermercati e il secondo posto nell'export, ma perché proprio nel miglior stile italiano ha saputo **reinventarsi e rinascere**: grazie a produttori che hanno interpretato in chiave moderna le loro tradizioni incontrando i gusti delle nuove generazioni, negli ultimi vent'anni è diventato un vino di tendenza anche per gli appassionati. Già Enzo Ferrari nel 1978 aveva convinto un produttore di Lambrusco a sponsorizzare l'esordiente pilota canadese Gilles Villeneuve, proprio per la notorietà che la «Coca-Cola italiana» aveva già allora in Canada e negli Stati Uniti. Ma quella di oggi è una rivoluzione qualitativa che parte dai vigneti e da un nuovo modo di pensare al Lambrusco come un tutt'uno col territorio che rappresenta.

Grappoli di Lambrusco e, nella pagina accanto, nei bicchieri, le varietà Maestri, Sorbara e Grasparossa. Sotto, la cantina di Chiarli, nella storica Tenuta Cialdini di Castelvetro (MO).

FOTO **D. LOVATTI**, FOTO APERTURA **R. LETTIERI** E STYLING **B. PRADA**, **AG. MERIDIANA IMMAGINI**

Una spontaneità all'antica

Amabile e Secco, Spumante e Frizzante, Rosso o Rosato, sono molte le sfumature che il Lambrusco regala, grazie alla versatilità innata delle tre principali varietà di uve con cui si produce: l'elegante e limpido Sorbara, l'intenso e vinoso Salamino, il fruttato e corposo Grasparossa. Le versioni del Lambrusco tradizionali, frizzanti e amabili, dovute a rifermentazioni spontanee e a tecniche ancora rudimentali, non solo sono ancora le più diffuse ma sono anche quelle più apprezzate all'estero, per il basso contenuto alcolico e l'accattivante presenza zuccherina che esalta le note fruttate dell'uva. Ma nel Lambrusco c'è molto di più della dolcezza e della leggerezza spensierata, motivo per cui questo simbolo del made in Italy andrebbe preso un po' più sul serio.

Le svolte: in bottiglia (con lo spago)

Nel 1860 Cleto Chiarli iniziò a imbottigliare il Lambrusco che produceva per la sua osteria di Modena, dove fino ad allora si trovava solo sfuso. Mise a punto le tecniche basilari di produzione di questo particolarissimo vino, che solamente rifermentando in bottiglia diventava *sempre* frizzante. Nel 1900, in occasione dell'Exposition Universelle di Parigi, dove nessuno aveva mai assaggiato il Lambrusco, alla Cleto Chiarli & Figli venne riconosciuto dalla giuria il prestigioso premio «Mention Honorable» per la qualità del suo vino, per la bottiglia, l'etichetta e il tappo di sughero legato con lo spago. Negli anni Cinquanta l'azienda fu la prima a produrre con Metodo →

Tortellini e Lambrusco è l'abbinamento simbolo della gastronomia modenese (e il preferito di Luciano Pavarotti). Da provare anche in chiave contemporanea

«Cappelletti di crostacei e la loro bisque» al ristorante Da Poli Alla Stazione di Castelnovo di Sotto (RE). A destra, il Rubino del Cerro di Venturini Baldini, da uve bio di tre varietà di Lambrusco.

Charmat, passando dalla rifermentazione in bottiglia a quella più veloce ed economica in autoclave. Negli anni Settanta il Lambrusco raggiunse un **successo planetario** (legato ai grandi volumi, un po' meno alla qualità). Nel 1980 Chiarli decise di rilanciarne l'immagine e presentò il Vecchia Modena, una novità nel panorama del Lambrusco, che si distingueva per il fatto di essere un Sorbara in purezza, e per la sua etichetta, fedele riproduzione di quella storica premiata a Parigi nel 1900. Il prezzo era il più alto del mercato e ancora oggi questo vino rappresenta un'eccellenza premiata anche dalla celebre guida di James Suckling tra i 100 migliori vini del mondo sotto i 30 dollari.

L'unione fa la forza

Nonostante i grandi numeri, Chiarli è ancora un'azienda familiare, un'eccezione nelle terre tra Modena e Reggio Emilia, dove il 95% delle uve lambrusco convergono verso le cantine sociali, vero presidio della trasformazione di quegli 11.000 ettari di vigneti che annoverano tutte le varietà e le denominazioni. La realtà più importante, che oggi raggruppa ben 1500 viticoltori tra Reggio, Modena e Bologna per un totale di 4300 ettari di vigneto, è quella di Cantine Riunite. Nata nel 1950 come un consorzio di alcune **piccole cantine** del territorio reggiano che volevano fare un passo in avanti nella produzione e nella commercializzazione, si è consolidata nel 2008 fondendosi con le sei cooperative Civ di Modena e arrivando alle attuali otto cantine nelle due province di Reggio Emilia e di Modena. Riunite è

Da sinistra, Denny Bini, cantiniere di Venturini Baldini; Christian Bellei, anima enologica visionaria di Cantina Della Volta; sotto, Vanni Lusetti, direttore generale del gruppo cooperativo Cantine Riunite & Civ.

una realtà in continua evoluzione, e la prima, nel 2016, ad aver aperto un e-commerce per la vendita online attraverso il Gruppo Italiano Vini. Lo scorso anno per celebrare la propria storia ha presentato 1950, un Lambrusco Reggiano destinato al grande pubblico, nella versione Secco e Amabile.

Uva per la contessa

Restando nel territorio di Reggio Emilia, spostandosi a Quattro Castella verso i Colli di Scandiano e Canossa, arriviamo in uno dei luoghi più suggestivi dell'area di produzione del Lambrusco. In queste terre, nell'XI secolo, la leggendaria Matilde di Canossa diede l'impulso alla coltura della vite, consapevole dei vantaggi economici che ne avrebbe tratto. A Roncolo, attorno a una splendida villa padronale del 1670, si estendono i circa 130 ettari di vigneti, boschi, sentieri e **prati naturali** entro cui sono racchiusi i vigneti di Venturini Baldini. L'azienda, fondata nel 1976 da Carlo Venturini e Beatrice Baldini, a lungo un simbolo della produzione reggiana di qualità, è tornata a nuova vita negli ultimi anni con il cambio di proprietà e il rilancio della sua etichetta più famosa, il Rubino del Cerro, uno spumante Reggiano Lambrusco Dry di grande stoffa, perfetto per l'abbinamento più classico con le tagliatelle emiliane al ragù.

Ritornare alle origini con audacia

Ma è stato il fascino del Sorbara, col suo colore rosa antico e le trasparenze affascinanti, a stregare davvero il nuovo pubblico degli amanti del Lambrusco, al punto che oggi si possono godere numerose espressioni di questo vino grazie alla dedizione di tanti piccoli vignaioli che stanno sperimentando il ritorno al «metodo ancestrale» della rifermentazione in bottiglia. Proprio nel cuore della campagna di Sorbara, in una terra fertile dove i fiumi Panaro e Secchia si avvicinano fin quasi a toccarsi, i suoli alluvionali sabbiosi danno vita a un Lambrusco unico. Christian Bellei di Cantina Della Volta ha deciso di valorizzarlo con la produzione secondo il **Metodo Classico**, proprio come si fa in Champagne, avventurandosi anche in lunghe maturazioni sui lieviti di oltre sette anni. Ma il suo vino simbolo resta il Trentasei: con i suoi profumi di fiori questo Lambrusco di Sorbara regala sfumature cangianti tra rosa, ribes rosso e scorze d'arancia, con quell'eleganza sapida e quella luminosità che solo i grandi spumanti sanno esprimere. ■

SEI VARIETÀ, OTTO DOC

Codificate per la prima volta nel XIII secolo (ma conosciute già dagli Etruschi), le varietà di lambrusco sono Sorbara, Salamino, Maestri, Montericco, Marani e Grasparossa. Otto invece le Doc riconosciute: Colli di Parma, Colli di Scandiano e di Canossa, Modena, Lambrusco di Sorbara, Lambrusco Grasparossa di Castelvetro, Lambrusco Mantovano, Lambrusco Salamino di Santa Croce e Lambrusco Reggiano.

QUANDO BASTANO OTTO MINUTI

testi LAURA FORTI, foto GIACOMO BRETZEL e RICCARDO LETTIERI, styling BEATRICE PRADA

TAGLIATELLE CON POMODORINI E BURRATA

Quattro cuochi stellati di Milano e la nostra Joëlle hanno cucinato sette piatti di pasta con il cronometro sotto gli occhi. Mettersi a tavola in un lampo (soprattutto se avete il bollitore) si può. E mangiando bene

ANTONIO GUIDA

RISTORANTE SETA

SPAGHETTINI GAMBERI E COCCO

«Il cocco con il gambero è fantastico, amplifica la dolcezza del crostaceo. L'unico piccolo contrasto è dato dalle erbe aromatiche, mentre il succo dei gamberi aggiunge un po' di sapidità, molto naturale. Sono i sapori del ricordo e dell'infanzia: è un piatto senza spigoli, rotondo e delicato, grazie anche al burro che lega tutti gli altri ingredienti».

MATIAS PERDOMO

RISTORANTE CONTRASTE

SPAGHETTINI CON BURRO, PARMIGIANO E VANIGLIA

«È un piatto davvero semplicissimo, ma sorprendente: la vaniglia, che di per sé ha un sapore neutro, ci porta a immaginare un mondo di dolci. Trovarla abbinata al parmigiano è un contrasto interessante. A me piacciono i bocconi inaspettati, e qui con un piccolo tocco riesco a spostare in un territorio nuovo uno dei più grandi classici della cucina italiana».

VIVIANA VARESE

RISTORANTE ALICE

SPAGHETTINO SCIUÉ SCIUÉ

«Questo è un mix di Campania e Sicilia: il pomodorino che dà la dolcezza e il pangrattato, per un po' di sapidità e di croccantezza. La cottura direttamente in padella consente di ridurre i tempi e aumentare il sapore. È importante non esagerare con l'acqua, perché alla fine deve essere evaporata tutta: meglio aggiungerne poca per volta».

ANDREA APREA

RISTORANTE VUN

MACCHERONCELLI CON 'NDUJA, PECORINO, CRESCIONE E LIMONE

«È un piatto immediato, un piatto del Sud: il pecorino e la 'nduja stanno molto bene insieme, con il tocco fresco del limone e i germogli che richiamano il piccantino e danno grazia alla pasta. Il pecorino deve essere di media stagionatura, per bilanciarsi bene con gli altri ingredienti senza coprirli. Grazie alla sua sapidità e al sapore deciso della 'nduja è un piatto che quasi non richiede aggiunta di sale».

SPAGHETTINI
GAMBERI E COCCO

SPAGHETTINI CON BURRO,
PARMIGIANO E VANIGLIA

SPAGHETTINO SCIUÉ SCIUÉ

MACCHERONCELLI
CON 'NDUJA, PECORINO,
CRESCIONE E LIMONE

Tagliatelle con pomodorini e burrata

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g tagliatelle fresche all'uovo
500 g burrata
250 g pomodorini gialli
250 g pomodorini rossi
olio extravergine di oliva
origano fresco
zucchero
sale

Lavate i pomodorini, senza staccarli dal loro ramo, e metteteli in una teglia; conditeli con olio, sale e zucchero e infornateli a 200 °C per 6 minuti.
Cuocete le tagliatelle in acqua bollente salata.
Scaldate in una padella un filo di olio con metà dei pomodorini appena sfornati, scolatevi la pasta e saltatela per ½ minuto.
Servitela con gli altri pomodorini, la burrata a pezzetti e l'origano.

Spaghettini gamberi e cocco

Cuoco Antonio Guida
Impegno Facile

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g spaghettini
50 g burro
30 g cocco grattugiato
16 gamberi
olio extravergine di oliva
erbe e fiori – sale

Cuocete gli spaghettini per 5 minuti in acqua bollente salata.
Staccate intanto le teste dei gamberi e schiacciatele in un setaccio, recuperando il succo. Sgusciate le code e conditele con un filo di olio.
Sciogliete il burro in una padella ed emulsionatelo con un mestolino di acqua di cottura della pasta.
Scolate gli spaghettini, saltateli nella padella con il burro.
Distribuiteli nei piatti e completateli con il succo dei gamberi, i gamberi crudi, il cocco grattugiato e le erbe.

Spaghettini con burro, parmigiano e vaniglia

Cuoco Matias Perdomo
Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g spaghettini
70 g burro
50 g Parmigiano Reggiano Dop
½ baccello di vaniglia – sale

Cuocete gli spaghetti in acqua bollente salata per circa 3 minuti.
Sciogliete intanto il burro in una padella, con i semi del ½ baccello di vaniglia e unitevi 1 mestolino di acqua di cottura della pasta, in modo che cominci a formarsi una crema.
Scolate gli spaghetti nella padella e terminate di cuocerli mantecandoli per 2 minuti, aggiungendo ancora l'acqua che serve per mantenere la crema liscia e fluida.
Completate con il parmigiano e servite decorando a piacere con baccelli di vaniglia.

Spaghettino sciué sciué

Cuoca Viviana Varese
Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

700 g pomodori datterini
350 g spaghettini
100 g pangrattato
25 g finocchietto
2 spicchi di aglio
olio extravergine di oliva
limone – sale – pepe

Portate a bollore una pentola di acqua e, intanto, tagliate i pomodorini a metà e rosolateli con 5-6 cucchiai di olio, 1 spicchio di aglio schiacciato, pepe e una presa di sale in una padella larga quanto la lunghezza degli spaghetti.
Cuoceteli a fuoco vivo per 3-4 minuti, aggiungendo un mestolo di acqua calda e schiacciando qualche pomodorino.
Tostate il pangrattato in un'altra padella con olio, sale e 1 spicchio di aglio schiacciato. Mescolatelo poi con il finocchietto tritato.
Aggiungete gli spaghetti crudi nella padella dei pomodorini, unendo acqua calda, quanta ne basta per coprirli.
Cuoceteli in 2-3 minuti, aggiungendo acqua, se serve, finché non saranno asciutti. Terminate con il pangrattato e scorza di limone grattugiata.

Maccheroncelli con 'nduja, pecorino, crescione e limone

Cuoco Andrea Aprea
Impegno Facile

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g maccheroncelli freschi
150 g 'nduja (pasta di salame piccante calabrese)
150 g pecorino toscano semistagionato
germogli di crescione
limone – sale

Cuocete i maccheroncelli in acqua bollente salata.
Fate intanto sciogliere la 'nduja in padella per 1 minuto, con un goccio di acqua dei maccheroncelli.
Scolateli dopo 2-3 minuti di cottura, direttamente nella padella con la 'nduja e mantecateli ancora per un paio di minuti.
Spegnete e unite 120 g di pecorino grattugiato e due gocce di limone.
Servite completando con qualche scaglia di pecorino, i germogli e scorza di limone grattugiata.

Bucatini alla ricotta, limone e capperi

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g bucatini
250 g ricotta fresca
50 g grissini al sesamo
capperi in salamoia
erba limoncina (verbena odorosa)
olio extravergine di oliva
limone – sale – pepe

Cuocete la pasta in acqua bollente salata.
Sbriciolate metà della ricotta

in una padella con 3 cucchiai di olio, pepe e 1 mestolo di acqua di cottura della pasta. Aggiungete 2 cucchiai di capperi sgocciolati e la scorza di 1 limone grattugiata.
Spezzettate i grissini al sesamo.
Scolate la pasta e mantecatela nella padella con la ricotta.
Servitela aggiungendo la ricotta rimasta, i grissini sbriciolati, altra scorza di limone grattugiata, un filo di olio crudo e foglioline di erba limoncina.

JOËLLE NÉDERLANTS

LA NOSTRA CUOCA

«Semplicità e profumo sono i criteri che mi hanno guidato in questi piatti: pomodori, peperoni e capperi i sapori di stagione che ho scelto, sempre abbinati a un'erba aromatica, per la freschezza».

Linguine aglio, olio e peperoni

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g linguine
220 g peperone giallo
220 g peperone rosso
100 g peperoni friggitelli
aglio – basilico – sale
olio extravergine di oliva

Sbucciate i peperoni giallo e rosso con il pelapatate e tagliateli a pezzetti; tagliate a metà per il lungo i friggitelli.
Frullate il peperone giallo (eccetto qualche pezzetto).
Rosolate tutti i peperoni in un'ampia padella con 1 spicchio di aglio e 3-4 cucchiai di olio, per circa 5 minuti a fuoco vivo.
Cuocete e scolate la pasta nella padella e mantecatela con un po' di acqua di cottura; aggiungete il peperone frullato e mescolate; completate con foglioline di basilico.

GIARDINIERA IN ERBE

Con cesoie, rastrello e perfino sega elettrica abbiamo provato a curare gli ulivi e le piante aromatiche. E imparato a riconoscere le verdure selvatiche da usare in cucina

di SARA MAGRO, foto DANIELE MARI

Macché foraging. Questa è una parola di moda, presa in prestito da un'altra lingua per raccontare gesti che nelle campagne si fanno da sempre, dovunque. Li ho imparati anch'io, da bambina, e li ho ripassati in questi giorni in Sicilia, che è una terra generosa: fichi e fichidindia, pistacchi, lumache dopo la pioggia, e una varietà infinita di erbe spontanee buone da mangiare.

In primavera, a **Menfi**, tra gli ulivi e i vigneti della famiglia Planeta (*planetaestate.it*), spuntano spontaneamente finocchietto e borragine, cicoria, asparagi selvatici squisiti con le uova, qualche fiore di zafferano, la *senàpa* o i *giri*, due verdure in foglia tipiche da saltare in padella con aglio e peperoncino, da aggiungere al minestrone o per condire i maccheroni, con l'olio della tenuta di Capparrina dove sono cresciuti. Dell'ampia letteratura in materia, per un raccolto vario e quotidiano Vito Planeta mi ha consigliato la guida *Verdure spontanee di Sicilia*, di Rosario Schicchi e Anna Geraci (ed. Idimed, 2015, 20 euro).

Raccogliere le erbe selvatiche, di mattina quando sono turgide e non ancora «spente» dal sole, è fondamentale. È uno scambio complice tra uomo e natura per tenere i campi puliti. Fa parte della manutenzione agricola, di quel lavoro quotidiano che dà un raccolto sano. Le olive sono pronte a ottobre, ma l'albero va curato per dodici mesi. A primavera si tagliano i polloni, quei rami giovani non fruttiferi che impediscono al sole di penetrare tra le foglioline e ai fiori di spuntare e trasformarsi in olive polpose. Parliamo di 150 ettari, ovvero 40mila piante di Nocellara, Biancolilla e Cerasuola, a cui va fatta una «coiffure» accurata. «Posso provare?», chiedo. «Prego», risponde un operaio, cedendomi la sega elettrica, pesantissima. Ci prendo gusto a tagliare, anche se dopo pochi minuti gli avambracci, abituati alla tastiera del computer, cominciano a tremare dalla fatica. Non c'è solo il momento della raccolta, il più gioioso. L'impegno dura tutto l'anno per le aziende che producono l'olio di qualità per condire i piatti storici della casa, quelli che un tempo preparava il *monsù*, e a cui oggi sovrintende Angelo Pumilia, lo chef delle tenute Planeta a Menfi, Capparrina e Ulmo, tutte in provincia di Agrigento.

Sara Magro alle prese con la potatura degli ulivi di Capparrina, nella campagna agrigentina. Nella pagina accanto, al lavoro tra le aiuole della Foresteria Planeta (in alto, a destra, uno scorcio), con la guida esperta del giardiniere Antonio (sotto, a sinistra).

Le tisane della Foresteria Planeta sono un bouquet di erbe spontanee e coltivate, fiori di ficodindia, artemisia, camomilla, e scorza di arancia

Tra i **filari** di uve fiano, grillo e chardonnay di Menfi, nel 2009 è stata costruita La Foresteria, 14 camere, la piscina rivolta verso il tramonto e un ristorante con ricette di famiglia piacevolmente «ristorantizzate». Intorno hanno piantato una quarantina di piante aromatiche e officinali, alcune locali, altre esotiche. Le solite, rosmarino, origano, santoreggia, menta. E quelle strane, basilico liquirizia, artemisia Coca-Cola, **salvia ananas**, timo limone, finocchio di mare, ricco di iodio e naturalmente salato. Due giardinieri, Antonio e Tonino, puliscono le aiuole. Niente chimica, poca acqua, pochi strumenti per la pulizia settimanale: cesoie, rastrello, paletta e secchiello. Un gioco da bambini. Invece no. Anche gli aromi vanno curati costantemente, usati in stagione, essiccati (al buio) per averli sempre disponibili.

Oggi cuciniamo la «salviata», la cheesecake di Sciacca, paese di origine del cuoco Angelo Pumilia: «Ho trovato delle anziane signore che ricordavano a spanne gli ingredienti, e ne ho fatto una versione moderna». Mi mostra il suo quadernetto con la ricetta scritta a penna: ricotta, zucchero, uova, latte, farina di semola, burro, scorza di limone e arancio, salvia. «Con gli aromi si possono fare tante cose, anche i baci di dama alla salvia e i gelati con infusi di rosmarino, salvia, maggiorana. Basilico, menta, prezzemolo, timo li usiamo per i piatti salati».

Dopo cena, mi offrono la **tisana** della casa, sempre di erbe colte e sminuzzate al momento. «Capisce la comodità di avere un giardino di aromi? Di base usiamo l'artemisia per le sue proprietà antiossidanti e per il suo tenore dolce, poi variamo gli ingredienti a seconda che si voglia fare un infuso digestivo, rilassante oppure diuretico».

Pumilia consiglia a tutti di farsi un piccolo giardino di aromi. Basta un davanzale. In tal caso, dovendone scegliere uno che non sia il solito basilico o la solita salvia? «La menta marocchina, speziata e profumata. Sta bene nel tè e con il pesce, al posto del prezzemolo. Ma attenzione a non usarne troppa, potrebbe compromettere la degustazione del vino e delle altre portate». ■

ASSAGGIATE LA TUNISIA

Dall'antipasto alla tisana, Maha Khedhiri ci accompagna tra i sapori e i profumi della sua terra. E non parliamo solo di cuscus

di SARA MAGRO, foto JACOPO SALVI

Un giorno, la nostra collega Rita ha raccontato in redazione del pranzo condiviso con gli altri inquilini nel cortile del condominio. Ognuno aveva portato qualcosa. Tutto buono, ma i piatti della vicina tunisina erano i migliori. Così è nata l'idea di raccontare che cosa e come cucinano i nostri amici stranieri.

Maha Khedhiri si è trasferita a Milano nel 2009 con i due figli adolescenti, Rim e Madi. Dichiara un grande amore per Milano, ma quando entri nella sua casa senti profumo di spezie, di acqua di rose, di Nord Africa.

Cosa ci ha preparato oggi?

«Per cominciare le Dita di Fatima, involtini fritti di pasta fillo. È un cibo dell'anima, che si mangia dopo il Ramadan. Ma io li preparo sempre, perché piacciono ai miei amici. Oggi li ho fatti al pollo, ma sono buoni anche vegetariani, con patate, prezzemolo, cipolla, uova e ricotta».

Si sente un buon profumino... cos'altro ha cucinato?

«Polpettone, ripieno di uova sode. Viene cotto in acqua, avvolto nella carta stagnola o in foglie di lattuga».

Qual è il pranzo più importante per i tunisini?

«Quello della domenica. Le donne si alzano presto per fare il cuscus, che è estremamente laborioso. Fine, grosso, medio. E si condisce come si vuole: con carne, pollo, pesce. Quello integrale sta bene con le verdure».

È un piatto unico?

«Sì, come quasi tutti i nostri piatti. Di contorno, c'è sempre un'insalata *à la tunisienne*, con pomodori, peperoncini verdi, cetrioli, mela di Gerba (un po' asprigna tipo la annurca), condita con menta, limone, olio, poco aceto, tante olive e capperi. Il trucco sta proprio nel condimento».

Che cosa si mangia invece tutti i giorni?

«Spesso minestre di verdure o di orzo. La tavola è sempre imbandita con tante cose da mangiare con il pane: olive, salsa piccante, tonno tunisino (che è buonissimo), salsa di pomodoro fresco, insalata di peperoncini verdi, olio extravergine. Una specie di antipasto».

E per cena?

«Poco. Anche perché il pomeriggio si fa la merenda: dolci alle mandorle e caffè turco, con due gocce di acqua di rose. Ci sta benissimo. Noi la mettiamo ovunque, come l'acqua di fiori d'arancio».

Dove?

«Per esempio, nello *assidat zgougou*, una crema dolce bicolore: sotto, ai semi di pino d'Aleppo, e sopra pasticciera. Si guarnisce con frutta secca e palline argentate. Sulla decorazione si scatenano delle vere e proprie sfide. Nei giorni di festa, quando la famiglia si riunisce, ognuno sfoggia il suo *zgougou* decorato. Una gara a chi fa il più bello. Tra i bambini, ma anche tra i grandi che fanno guarnizioni che sembrano mosaici».

Possiamo definire la sua cucina tradizionale?

«Sì, ma anche sperimentale. In Italia trovo buona parte degli ingredienti che mi servono, ma a volte devo arrangiarmi. Il risultato non sempre è identico, ma è buono».

Quindi deve andare spesso a Tunisi per fare la spesa...

«Ci vado almeno una volta all'anno. Ed è sempre un'occasione per fare scorte. Mia madre è un'esperta di erbe selvatiche e di conserve. Sul terrazzo mette a essiccare capperi, peperoncini, pomodori, aromi. E quando vado giù faccio incetta. Porto persino la verbena e lo zenzero per la mia tisana di tutte le sere. È un modo per avere a Milano un pezzetto della mia terra».

SALSA
DI POMODORO FRESCO

INSALATA DI
PEPERONCINI VERDI

POLPETTONE
RIPIENO DI UOVA SODE

Maha Khedhiri, nella pagina accanto, nel cortile della sua casa a Milano con il polpettone ripieno appena cucinato: è uno dei piatti unici protagonisti della tavola tunisina, preceduti sempre da un ricco antipasto con olive, salse, insalatine e pane arabo.

Dita di Fatima

Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 INVOLTINI

- **10 fogli di pasta fillo**
- **2 patate bollite**
- **1 uovo**
- **prezzemolo**
- **cipolla**
- **olio di arachide**
- **sale**

Sbucciate e schiacciate le patate e amalgamatele l'uovo, prezzemolo e cipolla tritati, sale.
Stendete un foglio di pasta fillo sul piano, distribuitevi un filoncino abbondante di ripieno e avvolgetelo nel foglio. Preparate così altri 9 involtini.
Scaldare in una padella dal bordo alto abbondante olio; immergetevi gli involtini e friggeteli per un paio di minuti, facendoli dorare su entrambi i lati.
Scolateli su carta da cucina e serviteli subito, ben caldi.
Da sapere Si può aggiungere nel ripieno polpa di coscia di pollo cotta in olio e acqua e poi sfilacciata.
Se invece si aggiunge il tonno, la pasta fillo non va arrotolata, bensì chiusa a triangolo: in questo caso gli involtini si chiamano *bric*.

Polpettone

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 1 ora di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g polpa di manzo macinata
3 uova sode sgusciate
1 cipolla
prezzemolo
coriandolo in polvere
olio extravergine di oliva
pepe – sale

Tritate la cipolla e un ciuffo di prezzemolo; insaporite il trito con sale, pepe e coriandolo in polvere.
Modellate la polpa macinata in 3 palle; schiacciatele su un piano, distribuitevi sopra il trito e al centro collocate un uovo sodo intero, richiudete i polpettoni e avvolgeteli in un foglio di alluminio o in qualche foglia di lattuga romana, fermandola con un giro di spago da cucina.
Cuocete i polpettoni in acqua bollente, con 5 cucchiai di olio e 2 foglie di alloro, per 40 minuti. Una volta pronti, scolateli e fateli raffreddare. Infine tagliateli a fettine e serviteli.

Assidat zgougou

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 12 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 20 PERSONE

PER LA CREMA SCURA
550 g zgougou (semi di pino di Aleppo nei negozi di cibi etnici)
500 g farina
500 g zucchero
PER LA CREMA PASTICCIERA
1 litro latte
125 g zucchero
4 cucchiai di amido di mais
4 uova
PER LA DECORAZIONE
pistacchi
pinoli
mandorle
palline di zucchero argentato

PER LA CREMA SCURA
Tostate i semi di pino di Aleppo in padella il giorno prima. Quindi frullateli aggiungendo lentamente 2 litri di acqua, fino a ottenere una crema senza grumi. Mettetela in una ciotola e lasciatela riposare in frigo per 8-12 ore.
Amalgamate poi lentamente la farina mescolando con una frusta. Aggiungete lo zucchero e portate a ebollizione finché il composto non sarà denso.
Versatelo nei bicchieri o nelle ciotole e lasciate raffreddare.
PER LA CREMA PASTICCIERA
Portate a bollore 750 ml di latte; versate il latte rimasto in un recipiente e aggiungete l'amido, le uova, lo zucchero e un po' di acqua.
Aggiungete il composto al latte bollito e cuocete a fuoco lento, finché la crema non sarà densa e omogenea. Versatela nei bicchieri, sopra quella scura di Aleppo. Quando si sarà raffreddata, si passa alla decorazione, a piacere.
Da sapere In Tunisia la decorazione è un'attività da fare a più mani che richiede molto tempo e molta cura, e può durare fino a mezza giornata.

La guarnizione dell'*assidat zgougou*, un budino di crema pasticciera e crema di semi di pino di Aleppo, tipico delle feste. Sotto, a destra, Maha Khedhiri con il figlio Madi, che l'ha aiutata a preparare i piatti di questo servizio; a sinistra, verbena e limone per la tisana della sera.

ASSIDAT ZGOUGOU

«La decorazione del dolce delle feste è molto importante: grandi e bambini si impegnano per fare la più bella da regalare al pranzo di famiglia. Ci vogliono ore»

SAPORE DOPO SAPORE

MENU CON LA CARNE

INSALATA DI ASPARAGI, CARDONCELLI E SPECK

VITELLO SENAPATO

RISOTTO VIOLA

GIRELLE DI ZUCCHINE IN AGRODOLCE E ROBIOLA

Piccole porzioni, ma tante portate, da «comporre» in tavola tutte insieme, come fanno gli orientali. Così si prova un intero menu e non si rinuncia a nulla

ricette **GIOVANNI ROTA**, testi **VALENTINA VERCELLI**, foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **STUDIO SALARIS**

MENU CON LA CARNE

Girelle di zucchine in agrodolce e robiola

Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 ASSAGGI

150 g 1 zucchina
100 g robiola
maggiorana –nocciole
aceto di mele – latte
olio extravergine di oliva
sale –zucchero

Tagliate la zucchina a fettine molto sottili, disponetele su un vassoio, conditele con una presa di sale, una di zucchero, 1 cucchiaio di aceto di mele e fatele marinare per 20-30 minuti. Infine scolatele dalla marinata e asciugatele su carta da cucina. **Lavorate** la robiola con 1 cucchiaio di olio e 1 cucchiaio di latte, finché non avrà una consistenza cremosa. **Distribuite** una striscia di robiola su ciascuna fettina di zucchina con l'aiuto di una tasca da pasticciere. **Arrotolate** le zucchine formando delle girelle, disponetele nei piatti e completate con foglioline di maggiorana e nocciole spezzettate.

Risotto viola

Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 ASSAGGI

430 g 4 carote viola
200 g riso Carnaroli
1 scalogno
panna fresca
Grana Padano Dop grattugiato
burro – spumante secco
sale

Tritate lo scalogno e fatelo appassire in una casseruola con una noce di burro per 1-2 minuti. Sfumate con ½ bicchiere di spumante e lasciate evaporare per 3 minuti, quindi unite ½ bicchiere di panna fresca e fate ridurre ancora per 3-4 minuti, regolando di sale. →

MENU CON IL PESCE

CAPESANTE, UOVA DI SALMONE E SCAROLA

DISCHI DI PANISSA CON MAIONESI AL LIMONE E AL PREZZEMOLO

BACCALÀ E FAVE ALLA MENTA

FREGOLA CON GAMBERI, CARCIOFI E POMODORINI

In tutte le foto, tovaglioli **Stamperia Bertozzi**, americana effetto rete **Society Limonta**, piatti, ciotole e cucchiaini collezione privata.

Pelate le carote, tagliatele a pezzi e centrifugatele per ottenerne il succo.
Tostate il riso a secco in una casseruola, quindi cuocetelo per circa 15-18 minuti, bagnandolo di tanto in tanto con un mestolino di acqua bollente leggermente salata. Unite il succo di carote e lasciate insaporire ancora per un paio di minuti, quindi mantecatelo con 40 g di burro e 30 g di grana grattugiato.
Distribuite il riso nelle ciotole, condite con la riduzione di panna e scalogno e completate con petali di fiori a piacere.

Vitello senapato

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 6-8 ASSAGGI

500 g magatello di vitello
12 foglie di cicorino
rosmarino – maionese
senape – pane guttiau
olio extravergine di oliva
sale

Rosolate il magatello in una casseruola che possa andare in forno con 2 cucchiai di olio, 1 rametto di rosmarino e un pizzico di sale per 3-4 minuti, girandolo su tutti i lati.
Trasferitelo in forno e cuocetelo a 90 °C per circa 1 ora e 10 minuti.
Sfornatelo, lasciatelo riposare per una decina di minuti, quindi tagliatelo a fettine molto sottili.
Mescolate 1 cucchiaio di maionese con 1 cucchiaio di senape.
Mondate e lavate il cicorino.
Servite il magatello con la maionese senapata, accompagnandolo con il cicorino e pane guttiau spezzettato.

Insalata di asparagi, cardoncelli e speck

Impegno Facile
Tempo 25 minuti

INGREDIENTI PER 4-6 ASSAGGI

40 g 1 fetta spessa di speck
12 asparagi
2 funghi cardoncelli
1 spicchio di aglio
cerfoglio – sale
olio extravergine di oliva

Pelate gli asparagi, tagliateli a losanghe, lessateli in acqua bollente salata per 2 minuti e raffreddateli in acqua ghiacciata. Asciugateli su carta da cucina, conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale.
Tagliate lo speck a piccole strisce.
Mondate i funghi e tagliateli a pezzetti.
Scaldate in una padella 2 cucchiai di olio con lo spicchio di aglio schiacciato con la buccia e rosolatevi i cardoncelli per 2-3 minuti; salateli. Liberate la padella, aggiungetevi 1 cucchiaio di olio e rosolatevi le striscioline di speck per 1 minuto.
Distribuite nelle ciotole gli asparagi, i cardoncelli e il cerfoglio e completate con lo speck.

MENU CON IL PESCE

Dischi di panissa con maionesi al limone e al prezzemolo

Impegno Medio
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 ASSAGGI

200 g maionese
90 g farina di ceci
limone – prezzemolo
olio di arachide
olio extravergine di oliva
sale – sale in fiocchi

Cuocete la farina di ceci con 250 g di acqua e un bel pizzico di sale per 18-20 minuti, mescolando con una frusta.
Stendete il composto tra 2 fogli di carta da forno, unti con poco olio di oliva, ottenendo una sfoglia di 5 mm di spessore (panissa). Lasciatela raffreddare e rassodare.
Ritagliatevi circa 20 dischi (ø 4 cm) e friggeteli per un paio di minuti in abbondante olio di arachide, finché non cominceranno a dorarsi. Scolateli su carta da cucina.
Frullate 5-6 foglie di prezzemolo con 20 g di acqua e mescolate tutto a 100 g di maionese.
Mescolate altri 100 g di maionese con 1 cucchiaio di succo di limone e un poco di scorza grattugiata.
Salate le panisse con sale in fiocchi e accompagnatele con le maionesi aromatizzate al prezzemolo e al limone.

Capesante, uova di salmone e scarola

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 ASSAGGI

50 g uova di salmone
50 g panna acida
20 g pinoli – 12 noci di capasanta
12 foglie di scarola – sale
olio extravergine di oliva

Tostate i pinoli in una padella ben calda per circa 3 minuti.
Ungete le capesante e rosolatele in una padella ben calda per 30 secondi per lato, regolando di sale.
Mescolate la panna acida con 1 cucchiaio di olio e un pizzico di sale.
Spezzettate le foglie di scarola e distribuitele nelle ciotole, adagiatevi sopra un cucchiaio di panna acida, le capesante, i pinoli tostati e le uova di salmone e servite.

Fregola con gamberi, carciofi e pomodorini

Impegno Facile
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 6 ASSAGGI

200 g fregola – 6 gamberi
3 carciofi – 3 pomodorini gialli
3 pomodorini rossi
3 pomodorini verdi
1 scalogno – vino bianco secco
limone – prezzemolo
zucchero – sale
olio extravergine di oliva

Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e disponeteli su una teglia rivestita con carta da forno. Conditeli con olio, sale e zucchero e cuoceteli a 120 °C per 20 minuti circa.
Sgusciate i gamberi ed eliminate il budellino nero.
Mondate i carciofi, tagliateli a spicchi e tuffateli via via in acqua acidulata con il succo di 1 limone.
Cuocete i carciofi in acqua bollente salata con 2 gambi di prezzemolo, i gusci e le teste dei gamberi per 7-8 minuti.
Tritate lo scalogno e rosolatelo in →

una casseruola con 2-3 cucchiai di olio per 1-2 minuti; unite la fregola, regolate di sale e fate cuocere per un paio di minuti; sfumate con una spruzzata di vino bianco, lasciate evaporare e proseguite la cottura per 15-20 minuti, bagnando di tanto in tanto con 1 mestolo dell'acqua di cottura dei carciofi. Alla fine mantecate la fregola con 2 cucchiai di olio.
Scaldate una padella unta con un filo di olio e scottatevi le code dei gamberi per 30 secondi per lato.
Disponete la fregola nelle ciotoline, adagiatevi sopra i pomodorini, gli spicchi di carciofo e i gamberi e servite, completando a piacere con germogli.

Baccalà e fave alla menta

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 ASSAGGI

300 g fave sgusciate
200 g baccalà dissalato
sale – pepe – menta
olio extravergine di oliva

Sbollentate le fave in acqua bollente salata per un paio di minuti; scolatele, tenendo l'acqua da parte, sbucciatele e conditele con olio e pepe.
Tagliate il baccalà a cubotti e cuocetelo per 7-8 minuti nell'acqua bollente delle fave con un paio di foglie di menta. Scolatelo e conditelo con olio e pepe. Aggiustate di sale, se serve.
Distribuite le fave nelle ciotoline, adagiatevi sopra i cubotti di baccalà e completate con foglioline di menta e germogli a piacere.

CARTA DEI DOLCI

Panna cotta con salsa al frutto della passione

Impegno Facile
Tempo 40 minuti più 3 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 6-8 ASSAGGI

1 litro panna fresca
190 g zucchero
25 g gelatina alimentare in fogli
12 g amido di mais
5 frutti della passione
1 baccello di vaniglia
lingue di gatto

Ammollate la gelatina in acqua fredda.
Cuocete la panna con 150 g di zucchero e i semi della vaniglia per 10-12 minuti, finché non comincerà a sobbollire. Unite la gelatina ammollata e ben strizzata.
Trasferite la panna cotta in uno stampo da 1 litro, lasciatela raffreddare, quindi riponetela in frigorifero per almeno 3 ore.
Tagliate i frutti della passione a metà e ricavatene la polpa e i semi; frullateli e filtrate tutto: dovrete ottenere circa 120 g di succo. Unitevi 80 g di acqua e 40 g di zucchero, portate sul fuoco e fate cuocere per 2-3 minuti, quindi aggiungete anche l'amido di mais e mescolate con una frusta per altri 2-3 minuti.
Sformate la panna cotta, irroratela con la salsa al frutto della passione e completate a piacere con semi di frutto della passione e foglioline di menta.
Servite con le lingue di gatto.

Torta morbida ai kiwi e fragole

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 15 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 ASSAGGI

135 g farina
135 g zucchero semolato
65 g burro
18 fragole
4 kiwi – 3 uova
½ vasetto di yogurt naturale
½ bustina di lievito in polvere per dolci
zucchero a velo

Fondete il burro. Montate le uova con lo zucchero semolato, quindi amalgamatevi la farina mescolata con il lievito, poca per volta, alternandola con il burro fuso e lo yogurt.
Tagliate a fettine 2 kiwi sbucciati e 10 fragole e mescolateli al composto.
Posate un anello per dolci (ø 18 cm) su una teglia rivestita con carta da forno. Versatevi il composto con la frutta e infornate a 180 °C per 30 minuti.
Sfornate la torta, fatela intiepidire e guarnitela con i kiwi e le fragole rimasti.
Completate con zucchero a velo.

Semifreddo al tè matcha con rabarbaro

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 15 minuti più 3 ore di raffreddamento
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6-8 ASSAGGI

550 g rabarbaro
465 g zucchero
400 g panna fresca
100 g albume
tè matcha – melissa
granella di pistacchio

Preparate uno sciroppo sciogliendo a una temperatura di 120 °C 200 g di zucchero in 50 g di acqua.
Montate l'albume con lo sciroppo ben caldo, versato a filo, ottenendo una meringa soda.
Scaldate 100 g di panna e scioglietevi 3 cucchiaini di tè e 15 g di zucchero.
Montate leggermente 300 g di panna e incorporatela in tre tempi alla meringa, alternandola con la panna al tè. Distribuite il composto in uno stampo rettangolare (18x9 cm, h 6 cm) e fatelo raffreddare in freezer per almeno 3 ore.
Mondate 150 g di rabarbaro; tagliatelo a pezzetti.
Sciogliete 150 g di zucchero con 100 g di acqua per 2-3 minuti, finché non comincerà a bollire.
Versate lo sciroppo sul rabarbaro e lasciate in infusione per 1 ora, quindi scolatelo su carta da cucina.
Tagliate a pezzi il rabarbaro rimasto e cuocetelo in una casseruola con 100 g di zucchero e ½ bicchiere di acqua per 8-10 minuti, finché non otterrete una composta.
Tirate fuori il semifreddo dal freezer 10 minuti prima di servirlo.
Completatelo con i pezzetti di rabarbaro, foglie di melissa e granella di pistacchio; accompagnatelo con la composta al rabarbaro.

ILLUSTRAZIONE AG. ISTOCKPHOTO

TANTI AUGURI ALLA CIVETTA

COME SI FESTEGGIA UN ANNIVERSARIO DI 138 ANNI? STAPPANDO UNA BOTTIGLIA SPECIALE

Per celebrare un compleanno gli ingredienti importanti sono solo due: una bella famiglia e un vino per brindare. Da questa idea è nato l'Asolo Prosecco Superiore Docg Limited Edition 1881, uno spumante millesimato Extra Brut, racchiuso in una bottiglia speciale, realizzata interamente a mano dalla verniciatura, alla serigrafia, all'applicazione della ceralacca, dalla designer Chiara Andreatti (foto in basso, a destra). Una novità voluta dalla famiglia Serena per festeggiare i 138 anni di attività della propria azienda, la Montelvini di Venegazzù. Siamo nel cuore della Docg Asolo Montello, in un'area che prende il nome di *zuitere*, ovvero «terra delle civette». E proprio la civetta, simbolo di saggezza, ben rappresenta le caratteristiche di una casa vinicola che ha sempre valorizzato il territorio con rispetto e sensibilità, tanto da diventarne il logo.

«Era giunto il momento di rendere omaggio a quello che eravamo, a quello che siamo e a ciò che diventeremo, con un progetto di ampio respiro, creato appositamente per l'occasione», racconta Alberto Serena, amministratore delegato di Montelvini (foto in basso, a sinistra). «La Limited Edition 1881 è una bottiglia unica, che vuole segnare l'attenzione sempre più grande che la nostra azienda dedica alla valorizzazione della bellezza in tutte le sue molteplici forme, dal design, all'arte, alla moda».

montelvini.it

Nel quartiere San Carlo all'Arena, quinto quarto verace all'Antica Tripperia O' Russ, dove il nipote del titolare, come il pulcinella di una stampa ottocentesca, si diverte con il suo boccone di trippa.

QUI LA VITA È 'NU BABBÀ

Da sempre il cibo è la vera ossessione dei napoletani. Dalla pizza alle sfogliatelle, dal ragù delle trattorie ai maccheroni gastronomici, questa è la città della cuccagna. Gioiosa e dolce, per gaudenti instancabili e per tutte le tasche

di LUCIANO PIGNATARO, foto GIACOMO BRETZEL

Napoli è una enorme, per certi versi ancora inesplorata, millefoglie antropologica dove ogni quartiere è un viaggio nel viaggio e ogni vicolo una finestra aperta sull'animo umano. Anche la sua gastronomia è così; vegetariana per necessità e carnivora di interiora, contrappone l'essenzialità dello spaghetto al pomodoro al barocco dei timballi, la verdura che sembra carne come la parmigiana di melanzane al ragù e alla genovese. Ecco perché, quando ti chiedono delle indicazioni su dove mangiare, è sempre difficile dare una risposta precisa. Il più delle volte si rimbalza la domanda: tu cosa desideri? In questa camminata vi diamo solo alcune possibili tracce di un giro gastronomico nella città dove il cibo è, come scrisse Goethe, una vera ossessione.

Appena arrivati

Ecco, siete scesi dal treno. Nel raggio di un chilometro avete ogni bendidio, ma noi vi diamo quattro dritte buone e precise: subito un **caffè** al bar Mexico, sulla destra spalle ai binari, appena usciti. Giusto per capire che cosa significa berlo a Napoli, dal forte sapore di tostatura, con il rito dell'acqua, della tazzina bollente e del cameriere che vi aspetta prima di farlo, se avete preso un cornetto o una brioche.

Un paio di traverse e arrivate da Attanasio dove, a giudizio unanime, ci sono le migliori **sfogliatelle** della città. Sarete lasciati nell'eterno dubbio: riccia o frolla?

Se invece siete «salatisti», attraversate la strada sulla sinistra, sempre spalle ai binari, e di fronte alla libreria Feltrinelli trovate la pizzeria Franco, terza generazione al lavoro; al bancone il meglio del cibo di strada: l'arancino, la parigina (prosciutto, pomodoro e formaggio racchiusi tra una base di pasta da pizza e una copertura di sfoglia) e la frittatina di pasta, il crocchè e infine proverete la **«grotta»**, ultima invenzione a Napoli che altro non è che un calzone diviso in due.

Finita? No, altri trecento metri e arrivate nel tempio della pizza fritta napoletana, La Masardona della famiglia Piccirillo, che adesso ha aperto anche a piazza Vittoria, nel cuore del quartiere bene.

Dove mangiare la pizza?

Ognuno ha la sua pizzeria preferita e in città ce ne sono circa 1500, dunque è impossibile fare dei nomi senza dimenticarne altri. E soprattutto senza sentire pareri molto diversi fra loro.

Tappa per un panino al ragù da Tandem, dietro piazza San Domenico Maggiore. Sotto, il forno Attanasio, meta imperdibile per le sfogliatelle.

Per la pizza tradizionale **a ruota di carro**, ossia che esce fuori del piatto, il primo indirizzo è sicuramente Da Michele, il secondo e il terzo sono Sorbillo ai Tribunali e Ciro Salvo da 50 Kalò che sono una evoluzione della prima con impasti più idratati, olio di oliva al posto dell'olio di semi, lievitazioni più lunghe.

La pizzeria più bella è senza dubbio quella di Francesco e Salvatore Salvo, con grande carta dei vini e delle birre, servizio perfetto e pizza tradizionale. L'unica che accetta prenotazioni on line.

Da non perdere è La Notizia di Enzo Coccia, il primo a spingere sulla qualità delle produzioni tipiche in collaborazione con Slow Food, ad aprire di sera e a puntare sulle **lievitazioni lunghe**. C'è poi la corrente dei «canotti», ossia quella nuova generazione che propone i cornicioni molto pronunciati ma anche assolutamente leggeri, aerei. Qui l'indirizzo sicuro è 10 di Diego Vitagliano.

Irrinunciabili poi le **pizzerie di quartiere**, come Ciarly a Fuorigrotta, Pellone alla Loggetta, Porzio a Soccavo, Concettina ai Tre Santi alla Sanità, Carmnella alle Case Nuove, Da Gennaro a →

INDIRIZZI

Attanasio, vico Ferrovia 1-2-3-4, tel. 081 285675
Pizzeria Franco, c.so Arnaldo Lucci 195, tel. 081 19138170
Antica Friggitoria La Masardona, via Giulio Cesare Capaccio 27, tel. 081 281057
Antica Pizzeria Da Michele, via Cesare Sersale 1
Gino e Toto Sorbillo ai Tribunali, via dei Tribunali 32
50 Kalò, piazza Sannazaro 201
Fratelli Salvo, via Riviera di Chiaia 271, tel. 081 3599926
La Notizia, via Michelangelo da Caravaggio 53, tel. 081 7142155
10 Diego Vitagliano, via Nuova Agnano 1, tel. 081 18581919
Osteria della Mattonella, via Giovanni Nicotera13, tel. 081 416541
Umberto, via Alabardieri 30, tel. 081 418555
Crudo Re, via Carlo Poerio 45, tel. 081 19168806
Terrazza Calabritto, piazza Vittoria 1, tel. 081 2405188
L'Altro Coco Loco, vicolo Santa Maria Cappella Vecchia 5, tel. 081 7641722
Il Comandante dell' hotel Romeo, via Cristoforo Colombo 45, tel. 081 0175001
Veritas, corso Vittorio Emanuele 141, tel. 081 660585
Palazzo Petrucci, via Posillipo 16 C, tel. 081 5757538

La pasta al pomodoro di Salvatore Bianco (in alto, a sinistra), executive chef del ristorante Il Comandante dell'hotel Romeo, una stella Michelin dal 2012. Sotto, la sala; è all'ultimo piano e ha una vista sul Golfo strepitosa.

Secondigliano, Da Gennaro a Bagnoli, Da Attilio alla Pignasecca, Mattozzi a piazza Carità, La Figlia del Presidente in via del Grande Archivio nel centro storico. Qui si respira la vera napoletanità, fuori dai circuiti turistici.

Andiamo in trattoria

In città ci sono circa un centinaio di trattorie a conduzione familiare, gran parte delle quali ha più di mezzo secolo. Qui trovate tutto il repertorio della cucina napoletana, dal ragù alla genovese.

Un riferimento sicuro e antico è la Mattonella con la sua zuppa di lenticchie e friarielli e una genovese da urlo. Sempre a Chiaia tappa obbligata da Umberto: curano molto la qualità della materia prima (chiocciola Slow Food), e offrono pure un'ottima pizza in quanto nascono come pizzeria.

Al Vomero trovate una delle migliori trattorie del momento, la Buatta: tra pareti tappezzate di bottiglie il repertorio gastronomico si esprime seguendo la stagionalità (paste con i legumi, pasta e patate, spaghetti con le alici, minestra maritata, **salsicce e friarielli**). Stessa musica attorno a piazza Bovio dove c'è la Camera di Commercio, con la storica Mattozzi-L'Europeo, le Figlie di Iorio dove si propone anche una grande pizza, la Locanda del Cerriglio che nel Seicento era frequentata da Cervantes.

Infine citiamo La Cantina di Triunfo vicino al Consolato americano, alla fine della Riviera di Chiaia e, in una traversa del lungomare, la Casa di Ninetta, gestita dal fratello e dalla nipote di Lina Sastri.

Un po' di mare

Sì, direte a questo punto, ma siamo a Napoli e ancora non abbiamo sentito niente della famosa cucina di mare partenopea. Vero, anche se baccalà, seppie, totani, alici fritte li troverete già in trattoria. Ma il trionfo del mare, a partire dall'**alta qualità** della materia prima, a Napoli si celebra in tre locali molto vicini fra loro: Crudo Re, Terrazza Calabritto e L'Altro Coco Loco. Tutti e tre nel quartiere di Chiaia, propongono crudi ben eseguiti e ottimi primi con un'ampia scelta di vini campani, italiani e francesi.

E gli stellati?

Sono tre, un po' pochi a dire il vero, anche se la provincia di Napoli è la più stellata d'Italia. In città abbiamo Il Comandante dell'hotel Romeo con Salvatore Bianco, il Veritas con Gianluca D'Agostino e Palazzo Petrucci con Lino Scarallo: tutti e tre, il terzo con una maggiore vocazione al mare e alla pasta secca, celebrano la **tradizione** napoletana rielaborandola ma senza poi distaccarsi in modo eccessivo dalle ricette amate da tutti. Grande attenzione per la stagionalità dei prodotti, ottimo servizio e conti digeribili perché non stellari, a prescindere ovviamente da quello che si beve.

Per strada

Napoli è la città dove si mangia meglio al mondo sotto i dieci euro. Non solo per la pizza, ma per le mille opportunità di cui si può godere girando per le strade. Dalla pizza fritta di Zia Esterina a via Toledo alla pizza al portafoglio di Salvo poco distante o di Porzio al Vomero. In ogni bar, pasticceria e panetteria si trovano frittate e frittatine di maccheroni, arancini, parigine, mozzarelle in carrozza.

Un fenomeno tutto napoletano degli ultimi dieci anni sono poi le **paninoteche** che giocano, come le pizzerie, sui prodotti di qualità. Ecco allora 12 Morsi vicino piazza dei Martiri e Casa de Rinaldi a Rione Alto anche se è al Vomero che il fenomeno è più ampio perché qui è nato: citiamo Mastergrill, R-Evolution Pub & Grill e Panamar.

E per i dolci, immancabili quelli delle pasticcerie Bellavia e Mennella (famosa anche per i gelati) con più sedi.

Beviamo!

Napoli è anche la città con più enoteche in Italia. Agli amanti del vino raccomandiamo il Vinarium a via Cappella Vecchia che ha aperto da quasi 40 anni e l'Ebbrezza di Noè in vico Vetreria. In entrambi i luoghi si stappa tutto il possibile senza ricarichi eccessivi con buoni piatti di accompagnamento.

Per gli amanti dei cocktail il **mito** è invece L'Antiquario in via Vannella Gaetani che sta formando intere generazioni di bar tender. A pochi metri, stessa gestione, il Platanos, luogo onirico-tropicale dove oltre al bar c'è una piccola cucina che propone tapas e ceviche.

Le icone

Partiamo dal bar Gambrinus a piazza Plebiscito con i suoi eleganti e fastosi saloni dove il caffè è un rito e dalla Caffettiera a piazza dei Martiri, altro salotto buono della città che opera a tutte le ore cambiando volto.

E tra i ristoranti, tanto slancio hanno ancora Zi Teresa a Borgo Marinari dove si propone una cucina semplice ed essenziale, luogo turistico ma amato anche dai napoletani, Mimì alla Ferrovia dove adesso si registra il cambio generazione in cucina e il George del Parker's, ora completamente rinnovato, da cui si gode la **vista più romantica** della città.

In una città «ossessionata dal cibo» il mangiare è gioia, un modo per vedersi. «Prendiamoci un caffè», «dobbiamo farci una pizza» sono espressioni comuni per dire incontriamoci, discutiamone, stiamo insieme. E i luoghi di cui vi abbiamo parlato sono il regno della **gioia**, spesso dell'*ammuina*, quella perenne confusione in cui vive questa città sovrappopolata da tre secoli, l'unico caso al mondo dove la parola cibo non è un sostantivo, ma un verbo: *o magnà*. ■

Sopra, il babà della pasticceria Tizzano. Sotto, zeppole con crema e amarene. In alto, da La Masardona si può assaggiare una delle migliori pizze fritte della città.

METTILI IN ONDA

VELOCEMENTE SENZA FUOCO

Il forno a microonde è il genio delle vacanze: ultra rapido, non scalda e si pulisce con un gesto. In più oggi arrostisce, griglia e gratina: ecco come sfruttarlo al massimo. Perfino con la pasta

ricette **WALTER PEDRAZZI**
testi **AMBRA GIOVANOLI**
foto **RICCARDO LETTIERI**
styling **BEATRICE PRADA**

POMODORI IMBOTTITI CON SCAMORZA, PINOLI E AMARETTI

Insalata tiepida di salmone e verdure

Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g 4 tranci di salmone
8 asparagi grandi
4 ravanelli
4 carote baby (o 2 normali)
2 cipollotti – 2 zucchine
maionese – prezzemolo
cetriolini sott'aceto
capperi sott'aceto – sale
erba cipollina – misticanza
olio extravergine di oliva

Eliminate la base fibrosa degli asparagi; pelate i gambi con il pelapatate, poi separate le punte; tagliate i gambi a rocchetti.
Pelate le carote baby, dividete a metà i ravanelli, affettate le zucchine e tagliate i cipollotti in lunghe listerelle.
Versate un po' di acqua in un contenitore per la cottura a vapore a microonde, inseritevi l'apposito cestello e distribuitevi le verdure; chiudete con il coperchio in dotazione e cuocete a 650 W per 4-5 minuti. Sfornate e tenete da parte.
Ungete con l'olio i tranci di salmone, su entrambi i lati, adagiateli sul piatto grigliante e cuoceteli nel forno a microonde alla massima potenza per 5 minuti, voltandoli a metà cottura.
Tritate le foglie di un ciuffo di prezzemolo, qualche filo di erba cipollina, 2-3 cetriolini, qualche cappero e mescolate tutto con 4 cucchiai di maionese e 1 cucchiaio di acqua.
Sfornate il salmone, salatelo, spezzettatelo e accompagnatelo con le verdure tiepide, la maionese e misticanza a piacere.

Vaporiera per microonde 101° MicroGourmet di **Tupperware**. Nella pagina accanto, forno a microonde CMXG25DCS di **Candy**.

INVOLTINI DI POLLO MARINATI ALLO YOGURT E LIMONE

Pomodori imbottiti con scamorza, pinoli e amaretti

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **100 g** **2 fette di pane di grano duro**
- **60 g** **scamorza bianca**
- **20 g** **pinoli**
- **4** **pomodori ramati grandi**
- **2** **amaretti secchi**
- **1** **cipolla bianca piccola**
- **basilico**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Tagliate le calotte dei pomodori e tenetele da parte, svuotateli della polpa, salateli leggermente all'interno e posizionateli a testa in giù in modo che rilascino una parte della loro acqua.
Affettate la cipolla e raccoglietela in una ciotola di vetro con un filo di olio; sigillate con l'apposita pellicola, bucherellatela e fate appassire la cipolla nel forno a microonde alla massima potenza per 1 minuto.
Ungete leggermente con l'olio le fette di pane e tostatele nel forno a microonde con la funzione grill per 2 minuti per lato.
Grattugiate la scamorza con la grattugia a fori grossi.
Tritate il pane tostato con gli amaretti e 3-4 foglie di basilico, poi mescolate tutto con le cipolle stufate, i pinoli, una macinata di pepe e la scamorza grattugiata, ottenendo un ripieno.
Adagiate una foglia di basilico sul fondo di ciascun pomodoro; farciteli con il ripieno preparato e conditeli con un filo di olio; poneteli su un piatto adatto per la cottura a microonde e cuoceteli con la funzione combinata microonde più grill, a 500-650 W, per 4 minuti. Sfornate, aggiungete sul piatto le calotte di pomodoro tenute da parte e proseguite la cottura, solo con la funzione grill, per altri 3 minuti.
Chiudete i pomodori con le loro calotte e serviteli, tiepidi o freddi.

LO SAPEVATE?

Rapidità, praticità e sicurezza

Come funziona
Le onde elettromagnetiche generate dal forno a microonde attraversano l'alimento facendone vibrare le molecole dell'acqua e dei grassi, le quali, «sfregandosi» fra loro, si riscaldano. Questo calore si diffonde velocemente dal cuore dell'alimento verso l'esterno, cuocendo in modo più rapido rispetto ai metodi classici che, al contrario, riscaldano a poco a poco dalla superficie verso l'interno.

Il contenitore giusto
Deve rimanere tiepido, senza surriscaldarsi né creare scintille. I materiali adatti sono il vetro, la ceramica, la porcellana (senza decori in oro o in argento), la plastica resistente al calore, la carta e il legno (solo per cotture brevi). Bocciato invece il metallo che riflette le onde e «ruba» calore al cibo.

Sfatiamo i luoghi comuni
È stato confermato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità che le radiazioni prodotte sono del tutto sicure per la salute perché non alterano la struttura degli alimenti. Questo metodo di cottura è promosso anche da un punto di vista nutrizionale, perché mantiene le vitamine idrosolubili, come la C e la B, e riduce la produzione di sostanze nocive.

Involtini di pollo marinati allo yogurt e limone

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 1 ora di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g 4 sovracosce di pollo
170 g 1 vasetto di yogurt greco
10-12 pomodorini gialli e arancioni
10-12 olive verdi
1 carota
1 gambo di sedano
1 cipollotto con il gambo
½ limone
menta
prezzemolo
maggiorana
olio extravergine di oliva
sale
pepe

Pulite la carota e il gambo di sedano e tagliateli a listerelle sottili.
Incidete la polpa delle sovracosce lungo l'osso prima da un lato, poi dall'altro, liberate l'osso dalla carne, raschiandolo via via con la punta di un coltello; eliminatelo. Aprite a libro la polpa, adagiatevi sopra qualche listerella di carota e di sedano, conditela con un pizzico di sale e di pepe e arrotolatela per creare degli involtini: chiudeteli con lo spago da cucina.
Raccogliete in una ciotolina il succo e la scorza grattugiata del limone, metà vasetto di yogurt, 2 cucchiai di olio, un pizzico di pepe e qualche rondella del gambo di cipollotto tagliata molto finemente; mescolatevi gli involtini di pollo e lasciateli marinare, fuori del frigo, per circa 1 ora.
Affettate in modo grossolano il bulbo del cipollotto, distribuitelo sul piatto grigliante del microonde e adagiatevi sopra gli involtini con la loro marinata. Salate tutto e cuocete con la funzione combinata forno più microonde a 180 °C e 350 W per 30-35 minuti.
Preparate un trito di maggiorana, prezzemolo e menta e mescolatelo con lo yogurt greco rimasto.
Tagliate a metà i pomodorini e le olive e conditeli con un filo di olio.
Sfornate gli involtini di pollo e serviteli con le olive e i pomodorini, lo yogurt alle erbe e altra scorza di limone a piacere, grattugiata o a listerelle.

Pennette, melanzane e pomodorini

Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g pasta tipo pennette
230 g melanzana
18 pomodorini ciliegia
origano fresco
olio extravergine di oliva
sale

Incidete la pelle dei pomodorini facendo 2 piccoli taglietti e salateli.
Tagliate la melanzana a fette spesse circa 1 cm, ungetele con olio su entrambi i lati e cuocetele sul piatto grigliante con la funzione combinata microonde più grill, per 4 minuti, poi voltatele, aggiungete nel piatto i pomodorini e proseguite la cottura per altri 4 minuti.
Sfornate tutto, tagliate le melanzane a pezzetti e frullatene circa la metà con 5-6 pomodorini, un filo di olio, un pizzico di sale e qualche foglia di origano fresco, ottenendo una crema.
Raccogliete le pennette, 700 g di acqua, un pizzico di sale e un filo di olio in un contenitore di plastica adatto alla cottura a microonde e dotato di coperchio, oppure, in alternativa, sigillate il contenitore con la pellicola trasparente (utilizzate quella per il microonde) e bucherellatela con la punta del coltello: cuocete le pennette nel microonde alla massima potenza (850-900 W) per 2-3 minuti in più rispetto al tempo abituale.
Scolate le pennette dall'acqua eventualmente rimasta, conditele con la crema preparata, i pezzetti di melanzana, i pomodorini interi e, a piacere, un pizzico di peperoncino e qualche fogliolina di basilico.

PENNETTE, MELANZANE E POMODORINI

COSE BUONE DA LISBONA

È in corso un piccolo miracolo nella capitale lusitana.
Tra i tanti motivi, c'è anche la cucina: di strada, tradizionale e alta

di SARA MAGRO E GIANMARIO MARRAS, foto ALEX LAU

Lo stufato di gamberi con olio di palma e banana verde da Cantinho do Aziz, preparato secondo una ricetta del Mozambico, Paese di origine della cuoca e coproprietaria Jeny Sulemange (sulla porta, nella pagina accanto). Il piccolo ristorante si trova nel quartiere di Mouraria.

Lisbona è la città europea più trendy del momento. Sì, proprio lei, tanto riservata e poco chiacchierata. A un tratto la «Cenerentola del Vecchio Continente» è diventata una specie di principessa, che attira tutti da tutto il mondo come una calamita. Molte cose impossibili altrove sembrano realizzabili nella Lisbona di oggi. Austerity archiviata, **crescita** esponenziale del turismo insieme a quella delle start up, con il Web Summit (la migliore conferenza tech del pianeta, secondo la rivista americana *Forbes*) scippato a Dublino, e il progetto «Hub Criativo do Beato», il più grande d'Europa con 100mila metri quadrati dedicati a innovazione e imprenditoria. Anche a tavola è in corso una piccola rivoluzione. Da un lato si assiste alla riqualificazione dei cibi di strada – sardine e *bacalhau*, *bifana* (panino con la carne da mangiare passeggiando) e *ginjinha* (liquore alle amarene da bere in un sorso); dall'altro agli esperimenti dell'alta cucina.

Un po' di esotismo non guasta

Lisbona è conservatrice nel senso più contemporaneo del termine. Cambia, ma non chiude con il passato. Nel palazzo rivestito di *azulejos*, all'angolo con Rua Anchieta, c'è ancora la Livraria Bertrand fondata da Pedro Faure nel 1732, la più antica del mondo, parrebbe. Nel 2016, una parte dei vecchi →

magazzini è stata ceduta al cuoco Henrique Sá Pessoa, per ospitare il ristorante Alma, due stelle Michelin. Sá Pessoa è uno dei protagonisti della rinascita culinaria lusitana che, sulla base stabile di ingredienti tradizionali come baccalà e maialino, innesta sapori provenienti dalle **ex colonie** portoghesi: tapioca, zenzero, coriandolo danno un tocco esotico alla «Zuppa di merluzzo con pane e uovo», e al «Sorbetto di yuzu con alghe candite e cagliata di agrumi». Vengono serviti in un ambiente di pietra e legno, con luci soffuse, e senza tovaglie, secondo le ultime tendenze dell'informalità a favore di una maggior concentrazione sui menu: uno con portate scelte dallo chef, l'altro ispirato al mare, il terzo alla carta secondo la spesa del giorno (da 110 euro).

Chiado è il cuore intellettuale di Lisbona: il nome del quartiere è ispirato al poeta António Ribeiro, detto appunto «O Chiado», e la sua via principale è intitolata al poeta Almeida Garrett. E, considerata la crescente importanza culturale della gastronomia, in futuro una di queste strade potrebbe chiamarsi come un cuoco famoso. Prendiamo José Avillez, star in cucina e in televisione, allievo di Ferran Adrià, e nel 2018 premiato con il «Grand Prix de l'Art de la Cuisine» all'Académie Internationale de la Gastronomie. In città ha aperto già una ventina di locali: Pizzaria Lisboa, Cantinho do Avillez, Tasca Chic e il ristorante Belcanto, altro due stelle Michelin. «Facciamo una cucina tradizionale, la cui anima rimane comunque portoghese», assicura Avillez. Più rischio, **invenzione**, superamento dei limiti, aggiungiamo noi. Come nel «Giardino della gallina dalle uova d'oro», un uovo cotto a bassa temperatura coperto di fogli a 24 carati, con formaggio delle Azzorre, funghi, tartufo, nocciole e pane croccante. È pura identità territoriale con un tocco d'artista, al pari del «Cozido à portuguesa», e cioè un bollito misto, con salsiccia e sanguinaccio, avvolto in foglie di verza (165 euro).

Fuori dalle atmosfere stellate, è facile mangiar bene e a poco. Al Jardim das Cerejas, un accogliente ristorantino vegetariano a metà della salita di Calçada do Sacramento, si pranza al buffet per 8,50 euro. Più o meno con la stessa cifra, si degusta il **pesce in scatola** da Miss Can (Largo do Contador Mor 17), all'Alfama, uno dei quartieri più antichi. E non pensiate di saltarlo liquidandolo con «Tanto è buono anche quello italiano»: la variante tonno e pomodoro in lattina, per esempio, è una loro specialità, ed è un souvenir insostituibile per risvegliare il sapore del vostro viaggio.

In fila per pasticcini e aragosta rock

Sui muri dell'Alfama si legge *Mass Tourism = Human Pollution*. Niente di personale: è semplicemente una forma di allerta davanti allo sciame infinito di turisti armati di smartphone e bastoni da selfie, e alle case trasformate in studios da affittare su Airbnb. Per fortuna, non ha perso la sua anima e basta scegliere l'ora giusta – la mattina presto o il tardo pomeriggio – per perdersi nel groviglio moresco. Su tutte le guide troverete il consiglio di prendere il tram n. 28 e farvi il **giro monumentale** al prezzo di un biglietto urbano. Ma non è più un segreto, ed è letteralmente preso d'assalto. Invece, senza code né spintoni, viaggerete più comodamente su un calessino Ape, facendovi scarrozzare sui saliscendi di Alfama o quelli di Graça, fermandovi ai suoi belvedere, i famosi *miradouros*. Il tour finisce davanti al ristorante Damas nella tranquilla Rua da Voz do Operário (al 60), in cima alla collina. Ha un bar all'ingresso e una sala per la musica sul retro. In cucina preparano zuppa di gamberi coperta di aglio e peperoncino con lime da spruzzare sopra, e vitello con la giardiniera fresca di carote, olive e cavolfiore. Uscirete pensando di aver mangiato nel migliore posto della città. Ma non sarà l'unica volta.

Poco distante, si arriva a **Mouraria**, fra i murales e la galleria all'aperto della fotografa Camilla Watson. Lì vicino, c'è la famosa Cervejaria Ramiro (Avenida Almirante Reis 1). Famosa al punto che dovete mettere in conto una bella attesa, ingannando il tempo con una (o più) birre. Non ve ne pentirete: vi attendono gamberi giganti, zuppe di vongole, e un'aragosta sublime come quella di *Rock Lobster* dei B-52's. Anche qui la solita solfa: è il miglior ristorante di pesce, dicono. A quanto pare, lo sono tutti. Anche Cantinho do Aziz. O per lo meno, il «Miamba Wa Macua» della cuoca mozambicana Jeny Sulemange dovete assaggiarlo. Cos'è? In parole povere, →

Ogni ristorante di Lisbona sembra il più buono della città. Sapete perché? Si mangiano piatti semplici e genuini, in ristoranti eleganti, e i prezzi non sono mai esagerati

Cosa si mangia in Portogallo

Quattro piatti di O Magano. Dall'alto in senso orario, insalata di polpo; prosciutto iberico; insalata di fave; chips fatte in casa. Nella pagina accanto, sopra, la *bifana*, il sandwich nazionale con carne di maiale marinata; sotto, tavolata conviviale in stile portoghese.

uno stufato di gamberi e banana verde che, preceduto da un chutney alle cipolle e coriandolo e un boccale di Kingfisher, dà un senso alla giornata.

Il **Mercado da Ribeira** di fine Ottocento, in Avenida 24 de Julho, è stato acquisito nel 2014 dall'editore Time Out e trasformato in un mercato permanente dedicato al cibo (Time Out Market, appunto), dove si concentrano le migliori proposte gastronomiche: carne, pesce, salumi, pasticceria, caffè, liquori. Si fa la spesa, e si pranza: polpo al sugo con patate dolci al chiosco di Susana Felicidade (cuoca del famoso Restaurante Pharmacia); gli sfiziosi *petiscos* (versione portoghese delle tapas) di Vitor Sobral, del ristorante Tasca da Esquina; il menu di Alexandre Silva, uno degli chef più innovativi del Paese al ristorante stellato Loco. Infine fermatevi alla Conserveira de Lisboa, altra istituzione per il pesce in scatola, e alla Manteigaria per i *pastéis de nata*, i cestini monodose di pasta sfoglia ripieni di crème brûlée, uno dei simboli golosi della città.

Lungo il fiume, Lisbona si mette in mostra: dal Parque das Nações dove ebbe inizio il rinnovamento con l'Expo del 1998 al nuovo **Maat**, Museo d'Arte, Architettura e Tecnologia aperto nel 2016. Ricoperta di ceramiche progettate per riflettere la luce, la struttura curvilinea affianca l'edificio in mattoni rossi della centrale termoelettrica ormai in disuso. Non troppo distante, LX Factory è un altro degli emblemi della nuova Lisbona: **ex zona industriale** riconvertita in un grande centro di cultura dove si promuovono arte, musica, letteratura e, naturalmente, gastronomia. Fermatevi da Landeau Chocolate per assaporare la «torta al cioccolato più buona del mondo», sempre a detta degli intenditori. Smorziamo pure le iperboli, ma cerchiamo di comprendere le ragioni di tanto entusiasmo su Lisbona. È una città piena di cose buone e golose, sempre accessibili, anche ad alto livello. Ne è la prova O Magano, a Campo de Ourique: tovaglie bianche, vino Porto, fave, grigliate di pesce fresco e un conto che non supera 60 euro in due!

Le scoperte continuano

Il tram n. 15 arriva in meno di mezz'ora a **Belém**. È una delle zone a maggior concentrazione monumentale, con il cinquecentesco monastero dos Jerónimos, la Torre di Belém e il Padrão dos Descobrimentos, che celebrano le grandi scoperte portoghesi all'epoca di Vasco da Gama. A celebrare il presente c'è il centro culturale di Belém, progettato da Vittorio Gregotti e Manuel Salgado. Una cittadella moderna con piazze, caffè, ristoranti, e la Coleção Berardo, il maggior museo d'arte moderna portoghese con →

Dall'alto a sinistra, in senso orario, l'ingresso del Nova Wine Bar, nella zona di Chiado; gamberoni giganti al burro alla Cervejaria Ramiro e un suo cuoco alle prese con i crostacei; sardine atlantiche sulla griglia di A Petisqueira, dall'altra parte del Tago; merluzzo del Nova Wine Bar; i *pastéis de Belém*. Nella pagina accanto, Lisbona è la città dei *miradouros*, punti panoramici in collina affacciati sulla città bassa.

opere di Dalí, Duchamp, Magritte, Picasso, Pollock, Warhol. Ma indovinate la fila più lunga dov'è? All'ingresso della Antiga Confeitaria de Belém, famosa per i tipici dolcetti preparati dal 1837 secondo la ricetta segreta del vicino monastero. Anche qui, rito da compiere e fila inevitabile.

L'ora migliore di Lisbona è il **tramonto**, ma il punto ideale per goderselo non è la città, bensì Cacilhas, sulla sponda opposta del Tago. Bastano 10 minuti e una breve camminata fra edifici in rovina lungo la riva per trovarsi davanti al sole gigante che si spegne nell'Atlantico, dietro i piloni rossi del ponte 25 de Abril. È in acciaio, ma sembra di zucchero caramellato: 2.277 metri di lunghezza sospesi a 70 metri di altezza sul fiume. Effetto Golden Gate, sognando California (anzi, consigliamo di scaricare la canzone dei Dik Dik, o *California Dreamin'*, la versione originale dei The Mama's & The Papa's). Ai tavoli rustici della Petisqueira (Rua Carvalho Freirinha) si ordinano sardine grigliate da stendere sul pane, frittelle di baccalà, gamberi piccanti, fritture di piccoli pesci dei quali si mangia tutto, con le mani.

Sulla via del ritorno, fermatevi al Nova Wine Bar (Rua Nova do Almada 18). Il proprietario accetta di prepararvi un «Porto tonico», versione local del gin tonic inglese. «Roba per turisti», dice. Però si raccomanda di provare il vino da solo, o anche con il merluzzo, condito con un filo d'olio, su purè di piselli: «È la morte sua, fidatevi!». L'ultimo round culinario è a Intendente, ex area malfamata del Chiado, in via di riqualificazione anche grazie a due giovani e fortunate imprese: l'Hotel 1908 e il bar Topo su una terrazza con **vista spettacolare** e cinema all'aperto. La formula è vincente: pop corn e mixology d'autore piacciono a tutti.

È tempo di rientrare. Si ripercorre il Tago fino a Rua do Alecrim. Al 12, si trovava l'Hotel Bragança dove José Saramago ha ambientato *L'anno della morte di Ricardo Reis*, uno dei tanti eteronimi di Pessoa, poeta nazionale e protagonista del romanzo. Oggi si chiama LX Boutique Hotel, un indirizzo semplice e comodo per soggiornare. L'alternativa sontuosa è The One Palácio da Anunciada, appena inaugurato in centro, a due passi da Avenida da Liberdade. Buonanotte. Domani è un altro giorno, resta ancora tanto da esplorare. ■

Tra i turisti spopola il «Porto tonico», una specie di gin tonic locale. Ma i lisboneti consigliano di bere il loro vino da solo oppure di provare ad abbinarlo a un piatto di merluzzo

INDIRIZZI

RISTORANTI

Alma Lisboa, *almalisboa.pt* – **José Avillez**, *joseavillez.pt*
Jardim das Cerejas, *jardimdascerejas.com*
LX Factory, *lxfactory.com* – **Time Out Market**, *timeoutmarket.com/lisboa* – **Vitor Sobral**, *vitorsobral.com*
Conserveira Lisboa, *conserveiradelisboa.pt* – **A Manteigaria**, *manteigarialisboa.com* – **Miss Can**, miss-can.com
Landeau, *landeau.pt* – **Antiga Confeitaria de Belém**, *pasteisdebelem.pt* – **Cantinho do Aziz**, *cantinhodoaziz.com*

ALBERGHI

Hotel 1908, *1908lisboahotel.com* – **LX Boutique Hotel**, *lxboutiquehotel.com* – **Palácio da Anunciada**, *hotelstheone.com*

MUSEI

Camilla Watson, *camillawatsonphotography.net*
Maat, *maat.pt* – **Museu Coleção Berardo**, *museuberardo.pt*

Pranzo in un vicolo dell'Alfama, uno dei quartieri più antichi di Lisbona. Nella pagina accanto, sogliola alla griglia e contorni al ristorante O Magano; zuppa di vongole della Cervejaria Ramiro.

CUSCUS VEG ALLA MENTA CON PRIMO SALE

APPARECCHIO FUORI?

Inaugurate la stagione dei pranzi all'aperto con leggerezza: passate poco tempo ai fornelli e godetevi la compagnia

ricette ALESSANDRO PROCOPIO, testi AMBRA GIOVANOLI, foto RICCARDO LETTIERI, styling BEATRICE PRADA

UOVA IN NIDO
DI AGRETTI AL LIME

Piatto bianco del cuscus **Ikea**, vassoio rosa, piatto blu decorato, posate, americana di pizzo e tovagliolo a quadri **Funky Table**.

Cuscus veg alla menta con primo sale

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g cuscus precotto
200 g piselli sgranati
150 g zucchinette novelle
125 g formaggio primo sale
120 g 1 carota
10-12 pomodorini ciliegia multicolori
10 foglie di menta
2 cetriolini – limone – sale
olio extravergine di oliva

Portate a bollore una pentola di acqua salata.
Pelate la carota e tagliatela a nastri con il pelapatate; affettate le zucchine.
Versate il cuscus in una ciotola di vetro o di acciaio, versatevi sopra 320 g di acqua bollente salata, conservando quella che resta. Sigillate con la pellicola e lasciate «cuocere» fuori del fuoco per 5 minuti.
Lessate nell'acqua rimasta le carote per pochi secondi; scolatele con il mestolo forato e, nella stessa acqua, cuocete le zucchine e i piselli per un paio di minuti.
Frullate le foglie di menta con il succo di ½ limone, 50 g di olio e un pizzico di sale ottenendo una salsa verde profumata.
Mescolate il cuscus con la salsa alla menta e le verdure; distribuitelo nei piatti e aggiungete i pomodorini tagliati a metà, i cetriolini a fette e il primo sale sbriciolato. Completate a piacere con una macinata di pepe.

Uova in nido di agretti al lime

Impegno Medio
Tempo 25 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g agretti puliti
4 uova molto fresche →

CARPACCIO DI SPADA
E ASPARAGI CON SALSA
AL LAMPONE

CREMA DOLCE
DI RICOTTA, FRUTTA
E RABARBARO

Piatti bianchi **Giovelab**, posate e tovagliolo a quadri **Funky Table**.

aceto di vino bianco
sesamo nero e bianco
lime – sale
olio extravergine di oliva

Portate a bollore una grande pentola di acqua con 4 cucchiai di aceto (vi servirà per cuocere le uova).
Lessate gli agretti in una casseruola di acqua bollente salata per 3-4 minuti.
Rompete con attenzione un uovo in una ciotolina. Utilizzate uova ben fredde di frigo.
Abbassate la fiamma sotto la pentola e create un vortice mescolando con un cucchiaio; versate al centro un uovo facendolo scivolare dalla ciotolina; continuate a mescolare molto delicatamente per permettere all'albume di avvolgersi sul tuorlo. Dopo pochi secondi, senza togliere il primo uovo, ripetete via via le stesse operazioni con le altre uova e cuocetele insieme per 3 minuti. L'acqua dovrà solo fremere, senza mai bollire.
Condite gli agretti con un filo di olio e un pizzico di sale, disponeteli nei piatti formando dei piccoli nidi, e sistematevi al centro un uovo in camicia.
Completate con semi di sesamo, qualche spicchietto e scorza grattugiata di lime.

Carpaccio di spada e asparagi con salsa al lampone

Impegno Facile
Tempo 15 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g carpaccio di pesce spada
50 g lamponi
40 g nocciole – 8 asparagi
aceto di vino bianco
coriandolo fresco – sale
olio extravergine di oliva

Frullate i lamponi con 1 cucchiaio di aceto, 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale, ottenendo una salsa.
Spuntate gli asparagi per eliminare la parte finale più coriacea, pelate i gambi, quindi affettateli molto finemente, per il lungo, aiutandovi con la mandolina o con un pelapatate, in modo da ricavare dei nastri.
Sistemate il carpaccio di pesce spada ben steso nei piatti, distribuitevi sopra i nastri di asparago, le nocciole spezzettate, qualche fogliolina di coriandolo e gocce di salsa al lampone.

Crema dolce di ricotta, frutta e rabarbaro

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450 g ricotta
200 g rabarbaro pulito
200 g fragole
200 g ciliegie
1 baccello di vaniglia
1 prugna – zucchero – limone

Portate a bollore 500 g di acqua con 100 g di zucchero e il succo di ½ limone.
Frullate la ricotta con 1 cucchiaio colmo di zucchero e i semi raschiati dal baccello di vaniglia, diviso a metà per il lungo, ottenendo una crema dolce.
Tagliate il rabarbaro a tocchetti grossolani e lessateli nell'acqua e zucchero per 4 minuti.
Eliminate il nocciolo della prugna e affettatela finemente.
Snocciolate le ciliegie e tagliate a spicchi le fragole.
Servite la crema dolce di ricotta con la frutta, il rabarbaro sgocciolato e, a piacere, foglioline di maggiorana.

FOTO FOGLIE **AG. 123RF**

INSIEME, PER LO ZUCCHERO ITALIANO

Con il suo **Zucchero 100% Italiano**, Despar sostiene il gruppo di 7.000 aziende agricole del territorio che fanno parte dell'**unica filiera dello zucchero rimasta in Italia**.

DESPAR
ZUCCHERO 100% ITALIANO
Dolce Passione
DESPAR SOSTIENE L'UNICA FILIERA ITALIANA DELLO ZUCCHERO
1 kg ℮

PERCHÉ SCEGLIERE LO ZUCCHERO 100% ITALIANO DESPAR

- Porti a casa un prodotto di **alta qualità** perché frutto della coltivazione, raccolta e lavorazione di barbabietola nel pieno rispetto del territorio e della filiera agricola italiana.
- Dai il tuo contributo a sostegno della **filiera della barbabietola**, coltivazione che, in avvicendamento con le altre colture, concorre a migliorare lo stato del terreno e a preservarne la futura produttività.
- Aiuti a mantenere viva la **tradizione saccarifera del nostro Paese**.
- Favorisci la filiera agricola italiana che porta avanti valori di **sostenibilità** e attenzione per l'**ambiente** e punta a **remunerare in modo equo** i bieticoltori soci della cooperativa.

DESPAR EUROSPAR INTERSPAR

www.desparitalia.it

LA SCUOLA

EFFETTO FIASCO
Caraffa e bicchieri in vetro con «vestito» in vimini intrecciato, rimuovibile. Di **HKliving**. 23 euro la caraffa, 55 euro 6 bicchieri.

PIANO DI LAVORO
Con il carrello elegante e funzionale di **Chaplins**, potrete trasportare tutto quanto vi occorre e preparare cibo e drink sul piano in tek. 2900 euro circa.

USARE A PIACERE
Come vaso per i fiori, come portacandele o come secchiello per il ghiaccio. Di Sagaform distribuito da **Schönhuber**, perfetto per una cena romantica. 63 euro.

IN BIANCO E BLU
Con bordi di altezze diverse, le insalatiere Table Nomade di Paola Navone per **Serax**. A seconda della misura, 52,20, 67,20 e 85,20 euro.

UN PASTO AL SOLE

Per cucinare in giardino o in terrazza, per trasportare golosità e per tenere al fresco le bevande

L'ALLEGRO CESTINO
Della nuova linea estiva di **Ikea**, ha i colori del sole ed è ideale per picnic e pranzi al mare. In metallo, dall'aria un po' rétro con due manici. 20 euro.

SENZA BRACE
Lono Master Grill di **WMF**, con protezione anti vento e anti spruzzo, consente di cuocere sulle due piastre indipendenti. Basta inserire la spina e grigliare. 170 euro.

È PRONTO IL CAFFÈ?
In caraffa rosa: si chiama Samba, di **Emsa**, e garantisce un caffè come appena fatto per 12 ore. Se invece preferite un tè freddo, resterà ghiacciato per 24 ore. 24,80 euro.

PIÙ GUSTI NEL PIATTO
Vassoio di portata a quattro sezioni della linea Gustito di **Tescoma**, in elegante porcellana bianca. Perfetto per un sushi completo di salse. 20,40 euro.

TEMPERATURA DOC
Per conservare la vostra bevanda fredda (o calda), il miglior alleato è il thermos Nomu di **Alessi**. In acciaio inossidabile a doppio strato. 27 cl di capacità. 49 euro.

TESTO LAURA FORTI

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

I NOSTRI CORSI

MARINARE A SCUOLA

Imparate insieme con i nostri cuochi
a dare a carni e pesci il profumo
che li rende speciali

LE MARINATURE

CHE COSA SI IMPARA
Tutti i modi per insaporire carni, pesci e verdure, marinandoli con erbe, aromi e spezie prima di cuocerli o, semplicemente, prima di servirli.

DOVE E QUANDO
Il corso si svolge nella nostra sede, in via San Nicolao 7, a Milano, in 2 lezioni (una alla settimana). Inizio nei giorni 11 e 25 giugno, rispettivamente ore 15-18 e 9.30-12.30.

QUANTO COSTA E COME ISCRIVERSI
Il corso di 2 lezioni costa 160 euro; è possibile seguire anche solo una lezione al costo di 90 euro. Iscrizioni sul sito della Scuola o telefonando alla Segreteria. A destra, i nostri riferimenti.

SCELTI TRA GLI APPUNTAMENTI DI GIUGNO

ZUPPE E CREME – ESTATE
Ricette fresche, per pranzi invitanti e leggeri: protagonisti, gli ortaggi della bella stagione, pesci, ricotta e frutta.
Una lezione. Giovedì 13, ore 15-18
Giovedì 27, ore 9.30-12.30

CARNI
Un corso completo in 3 lezioni dedicate rispettivamente a manzo, maiale e animali da cortile.
Inizio venerdì 7, ore 9.30-12.30
oppure mercoledì 26, ore 19-22

STREET FOOD ALL'ITALIANA
In una lezione, i più golosi cibi di strada della nostra tradizione. Dalla piadina romagnola al panzerotto pugliese.
Mercoledì 5, ore 19-22
Lunedì 10, ore 15-18
Sabato 15, ore 14-17
Mercoledì 26, ore 9.30-12.30

Scoprite gli altri corsi sul nostro sito

INFO E CONTATTI

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
in p.le Cadorna 5, ingresso
San Nicolao 7, 20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 02 49748004
scuola.lacucinaitaliana.it
Seguici su:

FOTO ARCH. LCI

L'ABC

LA TARTARA

Preparatela al momento, con polpa di manzo magra di alta qualità e tuorli freschissimi. Ma, soprattutto, non aggiungete il limone: la carne si «cuocerebbe» perdendo il suo colore brillante

1 2 3 4

1. Dissalate i capperi in una ciotola di acqua per circa 15 minuti. **2.** Tritate la cipolla e lasciatela marinare per circa 15 minuti in una soluzione preparata con 3 cucchiai di acqua e l'aceto. **3.** Sminuzzate i cetriolini e qualche foglia di prezzemolo. **4.** Mescolate la senape con la salsa Worcester e l'olio, ottenendo una salsa. Conservate tutto in frigorifero.

5 6 7 8

5-6-7. Ripulite il filetto dalle parti grasse con un coltello a lama stretta e appuntita, tagliatelo a fette di 5 mm, quindi a listerelle, poi a cubetti; batteteli con il coltello per sminuzzarli. **8.** Condite la tartara con la salsa e un pizzico di sale e di pepe: dividetela nei piatti, compattandola e dandole una forma tondeggiante, poi createvi uno spazio al centro, adagiatevi un tuorlo e servitela con i vari condimenti.

DOSI E TEMPERATURA

Per 4 porzioni abbiamo usato 700 g di filetto di manzo (vanno bene anche altri tagli magri, come lo scamone e la lombata), 4 tuorli freschi biologici, 2 cetriolini sott'aceto, 2 cucchiai di salsa Worcester, 2 cucchiai di olio extravergine di oliva, 1 cucchiaio di capperi sotto sale, 1 cucchiaio di aceto di mele, 1 cucchiaino di senape, ¼ di cipolla rossa, prezzemolo, sale e pepe. Conservate la carne in frigorifero fino al momento di lavorarla e consumate la tartara non appena sarà pronta.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **A. GIOVANOLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

NE VUOI UN MORSO?

Qualche fetta di crudo e verdura croccante con una salsa e uno sprizzo di limone. Così il panino diventa un pranzetto da buongustai

NELLA LISTA DELLA SPESA

200 g di **prosciutto crudo** del Poggio di Citterio: è già affettato, ha un gusto dolce e non contiene conservanti.

+

Un vasetto di **pesto genovese** della linea I regionali per Eataly. Con 3 ingredienti Dop: basilico, Parmigiano Reggiano e Pecorino Romano.

+

4 **pagnottine** ai cereali. Sono ricche di fibre e hanno meno calorie rispetto al pane bianco.

+

Una **zucchina** soda da marinare nel limone (ricca di potassio e vitamine) per dare freschezza.

LA RICETTA

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
PER 4 PERSONE

1

PREPARARE
Tagliate la **zucchina** per il lungo in nastri molto sottili. Fateli marinare per 15 minuti con un pizzico di **sale**, il succo e la scorza grattugiata di ½ **limone**.

2

COMPLETARE
Mescolate in una ciotola il **pesto** pronto con qualche goccia di succo di limone e un po' della sua scorza grattugiata: dosate a piacere l'acidità della salsa.

3

FARCIRE
Tagliate a metà le **pagnottine** e riempitele con una foglia di **lattuga**, la salsa al pesto, il **prosciutto crudo** e le zucchine, sgocciolate dalla marinata.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **A. GIOVANOLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

FATTO IN CASA

UNO TIRA L'ALTRO

Ce ne sono ancora? Anche chi di solito non impazzisce per il pesce questa volta vi chiederà il bis

Bastoncini di merluzzo

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

1,2 kg filetti di merluzzo freschi con la pelle spessi circa 2 cm
3 uova
pangrattato – farina
olio di arachide – sale

Spellate i filetti di merluzzo, poi sfiorate la polpa con un dito per avvertire eventuali lische; se le trovate, rimuovetele con la pinzetta.
Tagliateli con un coltello a lama liscia e affilata in bastoncini larghi circa 3 cm, cercando di essere il più precisi possibile: dovreste ottenerne circa 20.
Preparate 3 piatti fondi: in uno sbattete le uova con un pizzico di sale, in un altro versatevi un po' di farina e nell'ultimo 200-300 g di pangrattato.
Passate i bastoncini nella farina su tutti i lati, immergeteli nelle uova sbattute, fateli sgocciolare l'eccesso e impanateli nel pangrattato; immergeteli di nuovo nelle uova, quindi passateli ancora nel pangrattato, ottenendo un doppio strato di panatura.
Scaldate abbondante olio (circa 5 mm) in una padella capiente e rosolatevi un po' di bastoncini alla volta, a fuoco medio, per 6-8 minuti, dorandoli bene su tutti i lati: se necessario, scaldate altro olio fra una tornata e l'altra.
Sgocciolateli via via su carta da cucina, salateli e teneteli in forno caldo intanto che preparate i successivi.

FORMA PERFETTA E LUNGA DURATA

Per **tagliare** i filetti di merluzzo con più facilità fateli rassodare in freezer per 45-50 minuti. Una volta impanati, i bastoncini si possono **congelare**: distribuiteli in un vassoio, distanziati, e fateli indurire in freezer, quindi raccoglieteli negli appositi sacchetti e conservateli nel congelatore. Friggeteli da congelati in olio un po' meno caldo e un po' più a lungo di quelli freschi.

Padella e piatto **Le Creuset**, tovaglia **La DoubleJ**.

TESTI **A. GIOVANOLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

Dispensa

Come tutti, anche noi facciamo la spesa.
Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero

1. Con il suo chicco compatto, consistente e ricco di amido, il riso Carnaroli è il più amato dai cuochi. Quello di **Esselunga** è ideale per risotti ben mantecati.

2. Il latte condensato **Nestlé** aggiunge cremosità a semifreddi e dolci al cucchiaio. Buono anche nel caffè o spalmato sul pane.

3. Uva sultanina, anacardi, noci, mirtilli rossi e nocciole nel Misto Wellness bio di **Noberasco**. Un pieno di fosforo ed energia da portare sempre con sé.

4. Già pastorizzato, l'albume d'uovo biologico **Le Naturelle** è sicuro da usare anche crudo (e non si sprecano i tuorli).

5. In cucina serve per impanare, friggere, preparare dolci. La farina 00 di **Molino Rossetto**, con grano italiano, è in un pratico brick «apri e chiudi».

6. La salsa di soia **Kikkoman** con tappo verde ha un ridotto contenuto di sale, ma dà ai piatti lo stesso gusto «umami», cioè sapido e profondo.

7. Abbiamo spalmato la robiola **Nonno Nanni** su fettine di zucchina marinate, le abbiamo arrotolate e cosparse di nocciole. Un'idea veloce da copiare!

8. Con uova fresche da allevamento a terra e farina macinata a pietra, ricca di fibre, i savoiardi di **Matilde Vicenzi** non si sfaldano con l'inzuppo: ecco il segreto del tiramisù.

9. Nominato il dolcificante più sostenibile al mondo, lo zucchero di cocco integrale di **Eridania** è biologico, naturale e senza glutine. Dolcifica come lo zucchero classico ed è ricco di minerali.

10. Sono un aperitivo genuino, l'ingrediente indispensabile per la salsa tartara e il tocco di sapore in più nelle insalate: i cetrioli Acetelli di **Saclà**. Freschi e croccantissimi.

11. Rispetto a quello fondente e a quello al latte, il cioccolato bianco di **Zaini** è più dolce e si scioglie facilmente. Indicato per creme da abbinare alla frutta.

12. Un buon burro va scelto con cura. Fiore Bavarese di **Meggle**, ottenuto dalla prima panna del latte con una lavorazione lenta, è cremoso, profumato e saporito.

13. Il lievito Antica Ricetta **S. Martino** a base di cremor tartaro naturale ha reso gonfia e soffice la nostra ciambella al limone e lavanda.

14. Ottenuto dalla spremitura delle olive più sane, appena raccolte, l'olio extravergine di oliva a bassa acidità di **Sagra** ha un gusto fruttato leggero, ideale per insalate e pesce al vapore.

TESTI **A. GIOVANOLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

NUTRI**FREE**, be free!

SENZA LATTOSIO

SENZA GLUTINE

MONOPORZIONI
APRI e GUSTA

Gusto e Benessere in libertà

Con i prodotti Nutrifree riscopri il gusto del buon pane semplice e genuino, senza glutine, lattosio e proteine del latte. Provali tutti!

- **Panfette**, 4 monoporzioni di pane casereccio, disponibile in 3 varianti di gusto: Classico, ai Cereali e Integrale.
- **Il mio Panino**, 2 panini morbidissimi monoporzione "APRI e GUSTA". Disponibile in due varianti di gusto: Classico e Integrale.
- **PanBauletto**, nuova ricetta con pasta madre per una fetta ancora più spessa, … varianti di gusto: Classico e Integrale.

Scopri tutti
i prodotti
e le ricette su
www.nutrifree.it

NUTRI
FREE

…lle farmacie e nei migliori supermercati d'Italia.

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: lacucinaitaliana.it

Alessi alessi.com/it
Alfa Romeo alfaromeo.it
Andrea Fontebasso 1760 tognana porcellane.it/andrea-fontebasso
Berlucchi berlucchi.it
Bisol bisol.it
Blumarine Home blumarinehome.it
Bricco dei Guazzi briccodeiguazzi.it
Candy candy.it
Cavit cavit.it
Chaplins chaplins.co.uk
Citterio citterio.com
Clairin Communal velier.it
Coin Casa coincasa.it
Compagnia dei Caraibi compagniadeicaraibi.com
Cusumano cusumano.it
Eataly eataly.net/it
Emsa emsa.com/it
Eridania eridania.it
Esselunga esselunga.it
Funky Table funkytable.it
GioveLab giovelab.myshopify.com
Havana Club 3 Años pernod-ricard.com
HKliving hkliving.nl
Ikea ikea.com
Illy illy.com
Kikkoman kikkoman.it
La Borsa del Fumetto borsadelfumetto.com
La DoubleJ ladoublej.com
Le Creuset lecreuset.it
Le Naturelle lenaturelle.it
Livellara livellara.com
Maisons du Monde maisonsdumonde.com
Matilde Vicenzi matildevicenzi.it
Meggle meggle.it
Molino Rossetto molinorossetto.com/it
Nestlé nestle.it
Noberasco noberasco.it
Nonno Nanni nonnonanni.it
Petra petrawine.it
Piaggio piaggio.com/it
Rinascente rinascente.it
S.Martino cleca.com
Saclà sacla.it
Sagra sagra.it
Santa Margherita santamargherita.com
Schönhuber schoenhuber.com
Serax serax.com
Silva silvatessuti.it
Society Limonta societylimonta.com/it
Stamperia Bertozzi stamperiabertozzi.it
Tenute Lunelli tenutelunelli.it
Tescoma tescomaonline.com
Tupperware tupperware.it
Villa d'Este Home Tivoli villadestehometivoli.it
WMF wmf.com/it
Zaini zainispa.it
Zucchero Filato viale Tunisia 5, Milano tel. 02 2047468

Errata corrige. *Nel servizio* La lettrice in redazione. Incontro Italia-Svezia *pubblicato sul numero di maggio a pag. 32, precisiamo che la campagna «Più ordine più vita» di Ikea è solo ispirata alla scrittrice giapponese Marie Kondo e non realizzata in collaborazione con lei, come erroneamente riportato nell'articolo. Ci scusiamo con i lettori e con gli interessati.*

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.02 86 80 80 80**, oppure scrivere una e-mail a **abbonati@condenast.it**. Fax n° 02 86 88 28 69

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **www.abbonatiqui.it/abroad/**. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92 96 10 10 - fax +39 02 86 88 28 69 - e-mail: abbonati@condenast.it.
Prices are in Euro and are referred to 1- year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

CONDÉ NAST

Chief Executive Officer
ROGER LYNCH

In the USA
Artistic Director, ANNA WINTOUR
Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, AD, Bon Appétit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Teen Vogue, Ars Technica, Pitchfork, Them, Iris

International
WOLFGANG BLAU, **President**
London HQ, Vogue Business, Condé Nast College of Fashion and Design
Britain
Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired
France
Vogue, Vogue Hommes, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair
Italy
Vogue, Glamour, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, La Cucina Italiana, Experienceis
Germany
Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style
Spain
Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair
Japan
Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding, Rumor Me
Taiwan
Vogue, GQ, Interculture
Mexico and Latin America
Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America
India
Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD

Published under Joint Venture:
Brazil: Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour
Russia: Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Glamour Style Book

Published under License or Copyright Cooperation:
Australia: Vogue, Vogue Living, GQ
Bulgaria: Glamour
China: Vogue, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Condé Nast Center of Fashion & Design, Vogue Me, Vogue Film
Czech Republic and Slovakia: Vogue, La Cucina Italiana
Germany: GQ Bar Berlin
Greece: Vogue
Hong Kong: Vogue
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Vogue, GQ, Allure, W
Middle East: Vogue, Condé Nast Traveller, AD, GQ, Vogue Café Riyadh
Poland: Vogue, Glamour
Portugal: Vogue, GQ, Vogue Café Porto
Romania: Glamour
Russia: Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow
Serbia: La Cucina Italiana
South Africa: House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style, Glamour Hair
The Netherlands: Vogue, Glamour, Vogue The Book, Vogue Man, Vogue Living
Thailand: Vogue, GQ
Turkey: Vogue, GQ, La Cucina Italiana
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

Chairman of the Board of Directors
JONATHAN NEWHOUSE

LA CUCINA ITALIANA Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Copyright © 2019 per le Edizioni Conde Nast S.p.A. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Edizioni Conde Nast S.p.A. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 6571. Tutti i diritti riservati. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure invia una e-mail a: arretraticondenast@ieoinf.it

FIEG Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8590 del 18-12-2018

L'INDICE DI CUCINA

Inquadrate il QR code con il vostro smartphone e guardate i video delle ricette.

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti V Vegetariana V Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+1 h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

Aperitivi e antipasti

TEMPO PAG.

Primi piatti & Piatti unici

Pesci

Verdure

Carni e uova

Dolci e bevande

LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO EQUIVALE A: **60 g di acqua**, vino, brodo. 65 g di latte. 55 g di olio. 50 g di zucchero semolato.

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA EQUIVALE A: **80 g di acqua**, vino, brodo. 70 g di olio. 70 g di zucchero semolato. 50 g di farina. 40 g di grana grattugiato.

CUCCHIAINO DA TÈ RASO EQUIVALE A: **4 g di acqua**, vino, brodo. 3 g di olio. 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato. 2 g di farina. 2 g di grana grattugiato.

BICCHIERE DA ACQUA COLMO EQUIVALE A: **200 g di acqua**, vino, brodo. 220 g di latte. 170 g di zucchero semolato. 130 g di farina. 160 g di riso.

TAZZA DA TÈ COLMA EQUIVALE A: **240 g di acqua**, vino, brodo. 250 g di latte. 200 g di zucchero semolato. 150 g di farina. 200 g di riso.

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO EQUIVALE A: **12 g di acqua**, vino, brodo, latte. 10 g di olio. 15 g di sale grosso. 15 g di sale fino. 10 g di zucchero semolato. 10 g di farina. 5 g di grana grattugiato.

MESTOLO RASO EQUIVALE A: **120 g di acqua**, vino, brodo. 125 g di latte.

PIZZICO EQUIVALE A: 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato.

PUGNETTO EQUIVALE A: 30 g di riso. 30 g di zucchero semolato. 25 g di farina.

menu

Cinque proposte da copiare con le nostre ricette di giugno

LA FRUTTA VA CON TUTTO

Dal primo al dolce, freschezza e colore in più

Risotto, scampi e ciliegie pag. 50
Arrosto di vitello con mirtilli freschi pag. 60
Torta gelata ai lamponi pag. 66

EVVIVA LE VERDURE

Dedicato agli innamorati dell'orto

Insalata di rucola e nespole con robiola di capra pag. 59
Crespelle di spinaci alla ricotta pag. 79
Pomodori gratinati pag. 32

FINALMENTE PESCE

È estate, anche a tavola comanda il mare

Capesante, uova di salmone e scarola pag. 102
Orecchiette con crema di piselli e ombrina pag. 50
Sarago con mandorle profumate pag. 54

GIÀ PRONTO?

Sapore e originalità in piatti super rapidi

Linguine aglio, olio e peperone pag. 93
Sgombro, zucchine e maionese di macadamia pag. 55
Crema dolce di ricotta, frutta e rabarbaro pag. 125

CON LEGGEREZZA

Piccole variazioni sulla tradizione

Spaghettoni, cozze e pomodorini pag. 49
Padellata di fave e cicoria pag. 57
Panna cotta con salsa al frutto della passione pag. 104